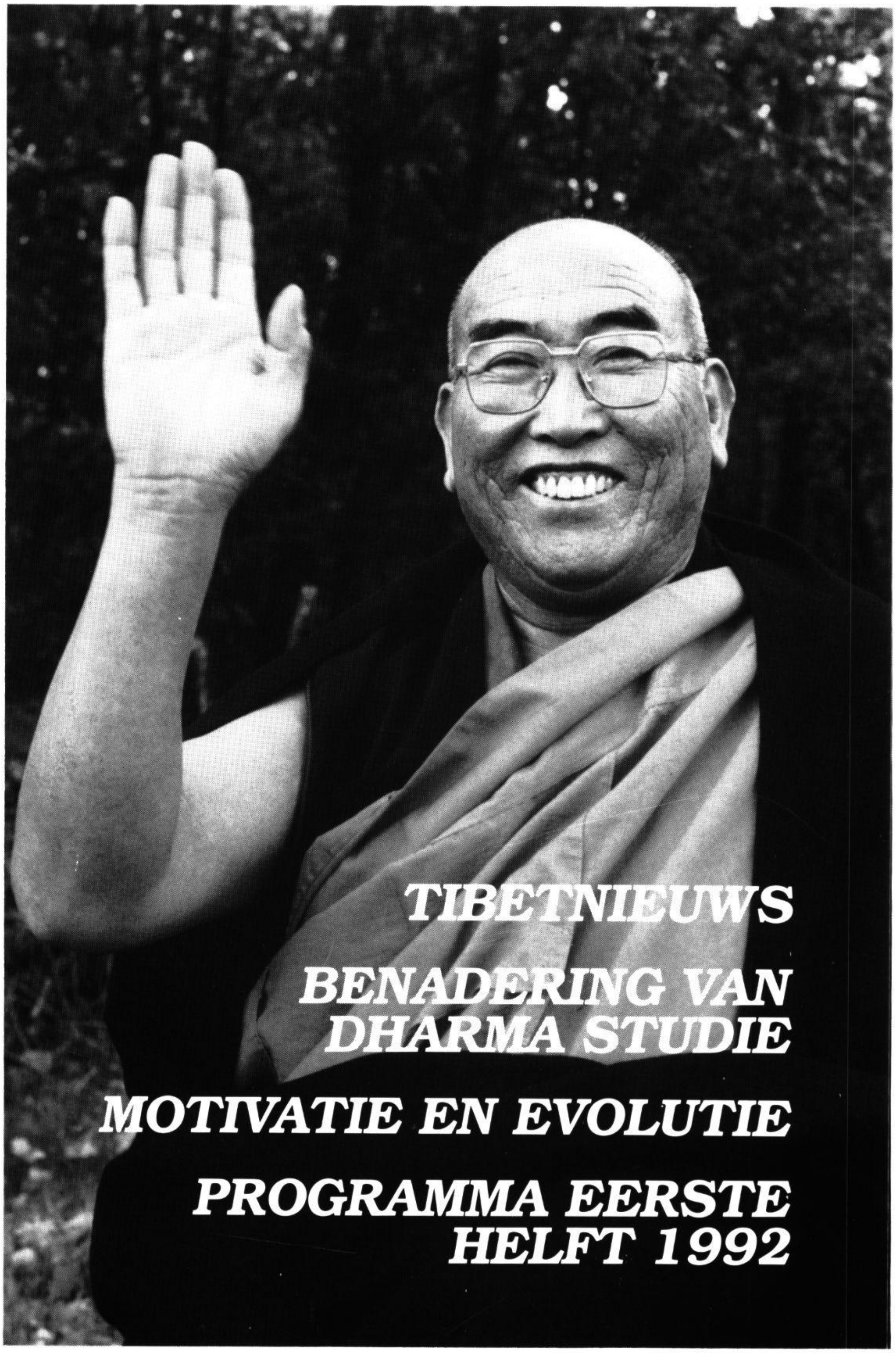
MAITREYA MAGAZINE

4

jaargang 13 1991

losse nummers ƒ 6,50

TIBETAANS BOEDDHISME



TIBETNIEUWS

BENADERING VAN DHARMA STUDIE

MOTIVATIE EN EVOLUTIE

PROGRAMMA EERSTE HELFT 1992

INHOUD

BENADERING VAN DHARMA STUDIE,
door Lama Thubten Yeshe 3

GEDICHT 10

MOTIVATIE EN EVOLUTIE,
door Geshe Konchog Lhundup 11

ZELF OF GEEN ZELF,
door Erik de Ruyter. 16

TIBETAANSE ASTROLOGIE
door Dr. Alex Berzin 18

AFSCHEIDS SPEECH
door Paula de Wijs-Koolkin 19

EEN ERVARING,
door Gabriël Forrer 20

DE VOORSPOED BRENGENDE SYMBOLEN,
door Andy Weber 22

TIBETNIEUWS,
door Paula de Wijs-Koolkin. 24

KINDERPAGINA
voor en door kinderen. 26

FPMT VERTALERS CURSUS
door Jan-Paul Kool 28

OVERZICHT GEBEDSDIENSTEN 29
DONATIES EN KORTINGEN 1992 30
ALGEMENE CURSUSINFORMATIE 32
M.I. KALENDER 33
PROGRAMMA EERSTE HELFT 1992 34
INFO STICHTING MAITREYA INSTITUUT 39

©
Stichting Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2
8166 HA Emst
Telefoon: 05787-1450

VOORWOORD

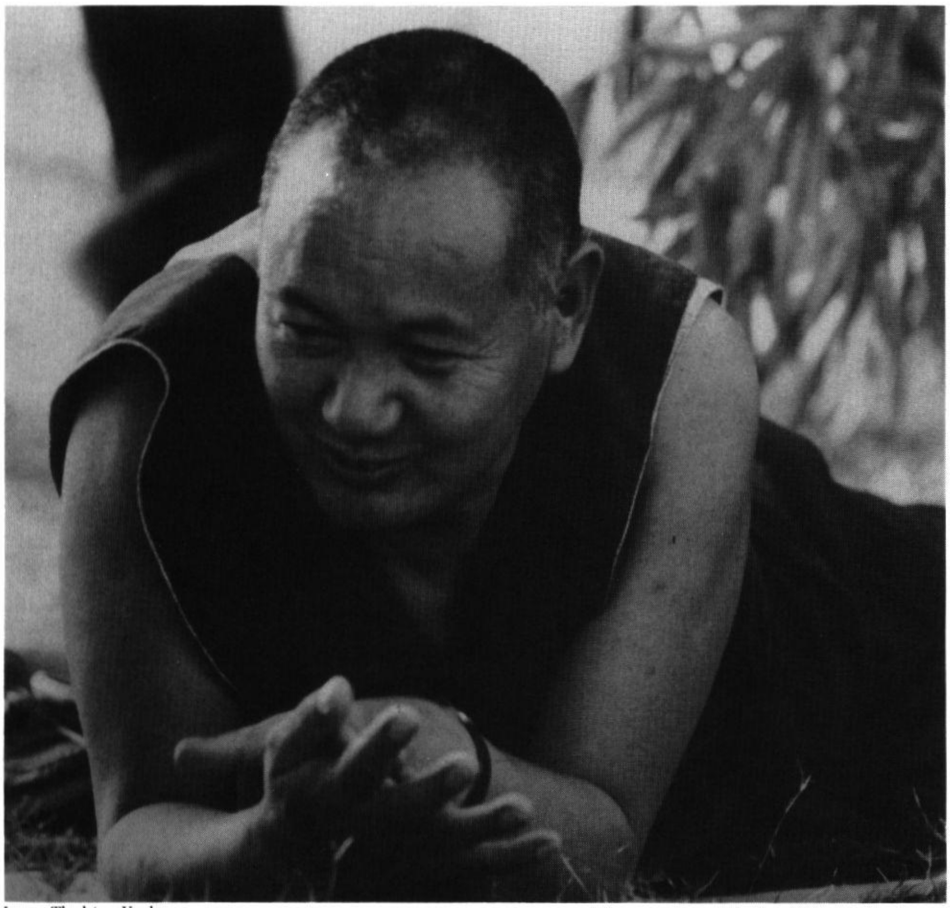
Veel tijd om bij de pakken neer te zitten vanwege de talrijke tekstfouten in het voorgaande nummer was er gelukkig niet. De tijd drong immers alweer voor het verzamelen en verwerken van het materiaal voor het winternummer dat nu voor u ligt. De nieuwe presentatie en layout door Alex van Baar gooit hoge ogen en oogst veel lof onder onze lezers en onze trouwe drukker heeft beloofd extra zijn best te zullen doen de computercorrecties ditmaal wel goed uit te voeren.

Het bliksembezoek dat Lama Thubten Zopa Rinpochee eind october onverwacht aan ons centrum bracht, schiep helderheid omtrent de wijze waarop het Maitreya Instituut door zal gaan de waardevolle Leer van de Boeddha voor het welzijn van alle wezens beschikbaar te maken. In zijn lezing refereerde Rinpochee aan het feit dat hij tijdens de Lam Rim cursus in 1990 nogal veel over de leegte had gesproken en dat het centrum zelfs een moment dreigde te desintegreren, maar dat hij nu de universele verantwoordelijkheid wilde benadrukken om het centrum weer wat concreter te maken. De winter is vanouds bij Maitreya een tijd waarin minder cursussen worden gegeven, maar het is daarom nog geen tijd voor een winterslaap. Sommigen gaan op reis naar het Moederland India, de bakermat van het boeddhisme, dat nog altijd het centrale land wordt genoemd. Anderen bezinnen zich in een periode van retraite.

Na de strengste wintermaanden begint het cursusjaar al in februari met een ijzersterk programma, waarvoor wij in afwachting van de komst van onze nieuwe Geshe Sonam Gyaltsen een aantal grote Meesters hebben uitgenodigd. Wij wensen u veel leesplezier met onze vaste en minder vaste rubrieken en hopen dat u het komende jaar ook van het door ons geboden cursusprogramma gebruik zult maken.

Uw eindredacteur Hans van den Bogaert.

BENADERING VAN DE DHARMASTUDIE



Lama Thubten Yeshe

LAMA THUBTEN YESHE GAF DEZE LEZING OP UITNODIGING VAN CHÖGYAM TRUNGPA RINPOCHEE IN HET NAROPA INSTITUUT TE BOULDER, COLORADO OP 25 JULI, 1974.

Ik ben erg blij Trungpa Rinpochee en iedereen hier te kunnen ontmoeten. Rinpochee heeft me verteld dat jullie allemaal de zoektocht op het pad naar wijsheid oftewel de weg van innerlijke bevrijding als erg belangrijk beschouwen. Ik ben blij dit te horen. Eigenlijk was ik niet van plan om vandaag voor jullie te spreken. Ik kwam alleen maar naar het Naropa Instituut als een toerist en jullie zijn al bekend met de dingen die een toerist jullie kan vertellen.

Om een of andere reden is iedereen hier erg fortuinlijk. Jullie zijn allemaal in contact gekomen met de wijsheidskennis van de Dharma en hebben de waardevolle gelegenheid gehad deze wijsheid in praktijk te kunnen brengen. De meeste mensen waarderen de ingewikkelde oorzaken en de zeldzaamheid van zo'n intiem contact met de Dharma niet volledig. Zij denken dat ze ideeën en mensen ontmoeten door toeval. Maar dit is in het geheel niet het geval. Er gebeurt nooit iets zonder reden of zonder voorafgaande oorzaken. Daarom dienen we de kennismaking met de Dharma niet als vanzelfsprekend te beschouwen. Het gebeurde niet toevallig of zomaar. Dus doe je best en maak er gebruik van.

Er kunnen ook misverstanden zijn omtrent de manier waarop door het contact met de Dharma resultaten ontstaan. Sommigen denken, "Vandaag heb ik een les ontvangen maar ik zal hoogstwaarschijnlijk toch wel een jaar moeten wachten voor er enige realisatie van is." Zij zoeken naar verlichting en wanhopen omdat er een eindeloos lange weg te gaan is. Het is typerend voor de moderne mens niet te zien wat recht onder zijn neus ligt. Wanneer we in contact komen met de Dharma en als we slim genoeg zijn om er met een open geest naar te luisteren en bewust zijn van de bedoelingen ervan, zullen we een onmiddellijke reactie binnen onszelf waarnemen. We zullen iets nieuws te weten komen, iets diepzinnigs over onszelf en de wereld. Als zodanig zal de kwaliteit van onze gedachten worden beïnvloed. Als we een les in de ochtend verwerken, zal er in de middag een bepaald effect merkbaar zijn. We hoeven dus niet te denken dat realisaties alleen in de verre toekomst liggen.

Jullie, die fortuinlijk genoeg zijn om via jullie waardevolle Rinpochee de Dharma wijsheidskennis te ontmoeten, mogen niet lui zijn in jullie beoefening. Indien we lessen ontvangen en die niet gebruiken, zullen ze alleen maar een extra probleem voor ons zijn. Omdat de lessen op een intelligente en logische manier gegeven worden, is het gemakkelijk te veronderstellen dat de wijsheid die er uit voortkomt alleen maar intellectueel zou zijn. Wij zijn gefascineerd door de complexiteit en degelijkheid van de boeddhistische filosofie en haar technische

woordgebruik en grijpen begerig naar de woorden van een bepaalde Dharma uitleg. Dit soort intellectualiseren zonder verinnerlijking is alleen maar een bron van mentale conflicten. Het is makkelijk om deze verkeerde benadering van de Dharma te hebben. Gedurende een groot gedeelte van onze vorming en opleiding was primair het overdragen en leren van woorden. Maar in een Dharmacentrum zoals dit Naropa Instituut zijn de woorden op zichzelf van niet zo'n groot belang. Zij zijn als wegwijzers naar een meer diepzinnige wijsheid. Wat hier centraal staat in jullie vorming is de eigen innerlijke ervaring van de Dharma. Men moet zelf experimenteren met de lessen die men ontvangt en voor zichzelf zien of de Dharma nu wel of niet een positieve bijdrage levert aan de geest. Als men dit niet bewust en met een open geest doet, is bevrijding niet gemakkelijk. Het hangt allemaal af van hoe bewust men is. De sleutel tot het effectief maken van de Dharma-methoden is het altijd proberen te zien hoe de lessen in het dagelijkse leven passen.

Als we vast komen te zitten in de klem van steriel intellectualisme, zal de filosofie die we leren alleen leiden tot gevoelens en emoties die met elkaar in conflict komen. Dus in plaats van het verlangde doel om mentale gezondheid te bewerkstelligen, zullen we ten prooi vallen aan mentale ziekten. Dit is niet de fout van de filosofie op zich, noch betekent het dat er iets mis is met helder, intelligent nadenken, wat duidelijk verschilt van droog intellectualisme. De bron van het probleem is een grijpende houding ten opzichte van Dharmakennis. Als we oprecht proberen de lessen te verinnerlijken door in de eigen geest te experimenteren met alles wat we leren, dan zullen de filosofie en de Leer erg bruikbaar blijken, dan hebben we meer voordeel naarmate we meer leren.

Deze complicaties zijn niet nodig. Maar als we onophoudelijk lessen verslinden zonder ze te verteren, dan zullen we alleen de ervaring hebben van mentale indigestie. Je kunt misschien trots zijn op je hoeveelheid onverteerde informatie en defensief zeggen dat jouw gedachtevormingen beter zijn dan die van iemand anders, maar dit leidt tot niets anders dan problemen voor jezelf en anderen.

Waarom is dat intellectuele grijpen tegenwoordig zo'n probleem? Het zou iets te maken kunnen hebben met de huidige staat van materiële ontwikkeling. Mensen hebben voortdurend honger naar iets nieuws en zijn ontevreden met de rijkdom van goederen die de technologie voor consumptie heeft opgeleverd. Daarom richt men zich op de sfeer van ideeën ter stimulatie van dit verlangen en is men gefascineerd door het oneindige bereik van kennis die men kan bezitten. Men voelt aan dat er op dit terrein geen gevaar voor verveling is, omdat leren zonder grenzen is. Zo'n houding ten opzichte van de grenzeloze capaciteiten van de geest heeft echter niets van doen met ware intelligentie, maar komt veeleer voort uit waanideeën omtrent de aard van de werkelijkheid. De omvang van dit intellectuele grijpen reflecteert enkel de diepte van dit onderliggende waanidee dat denkt dat een verzameling feiten veiligheid, geluk of bevrijding kan brengen.

Wat ik hier zeg is niet als kritiek bedoeld. Het punt dat ik duidelijk probeer te maken is dat we de eigen houding voorzichtig moeten onderzoeken. Waarom bestuderen we de Leringen van de Boeddha en wat betekenen ze voor ons in ons dagelijkse leven? We mogen den-

ken en zeggen dat we een spiritueel pad naar verlichting volgen, maar wanneer het echt op onszelf aankomt, wat zijn we dan feitelijk aan het doen? Als we onze situatie nauwkeurig onderzoeken kunnen we misschien bepaalde activiteiten die we doen aanwijzen. Maar als we die activiteiten dan onderzoeken en merken dat ze erg onbedui-dend zijn en ook een zodanige rol in ons leven spelen, hebben we de ontvangen lessen misschien nog niet verteerd.

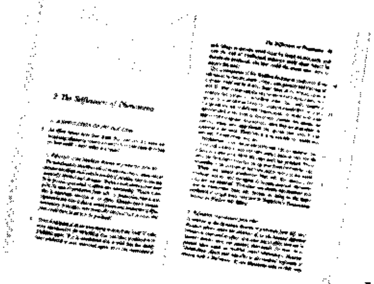
Jullie studeren en beoefenen het boeddhisme, maar vragen jullie jezelf wel eens af wat het nu werkelijk betekent om toevlucht te nemen tot de Boeddha, Dharma en Sangha? Als we hier een tijdje over nadenken en proberen met een slim intellectueel antwoord te komen, alsof we een examen moeten doen, komt er misschien helemaal niets in je geest naar boven. Je zou dan kunnen concluderen dat toevlucht nemen dus helemaal niets betekent. Dit zou een trieste fout zijn. Zelfs als we een stroom van woorden en definities kunnen uitstorten, zal toevlucht nemen nog steeds niets voor ons betekenen zolang onze antwoorden niet uit ons hart komen. Dus een intellectuele benadering van deze vraag laat duidelijk zien dat we de betekenis van toevlucht nemen nog niet verteerd hebben. Bovendien zouden we onszelf zo kunnen afsnijden van enig spiritueel comfort of voordeel dat we wellicht ontvangen zouden hebben van de Drie Juwelen.

Als we onophoudelijk lessen verslinden zonder ze te verteren, zullen we alleen de ervaring hebben van mentale indigestie.

Als we onze Dharmastudie met een open geest hebben gedaan en we oprecht naar antwoorden op de dagelijkse problemen hebben gezocht, betekent toevlucht nemen echt iets voor ons! Sprekend uit onze eigen ervaring, kennen we de waarde van de vervolmaking van de alwetende geest van de Boeddha. We zullen duidelijk inzien hoe verlicht mededogen ver boven ordinaire gehechtheden en verlangens uitstijgt en ons daarom in staat stelt geluk voor onszelf en voor anderen te verwerven. Op deze manier komt het antwoord op de toevluchtvraag direct uit ons hart en niet alleen uit onze mond. Wanneer benadrukt wordt dat kennis vanuit het hart moet komen, betekent dat niet dat we alles maar blind moeten accepteren, simpelweg omdat we het van een Lama hebben gehoord. Dit is net zo'n serieuze fout als alles maar intellectualiseren. Het is belangrijk de lessen door zelfbewustzijn te begrijpen. We moeten de waarheid van wat verteld is toetsen, en het niet zomaar aannemen omdat het leuk werd verkondigd door iemand in een exotisch gewaad of, omdat we zo nodig intellectueel hebzuchtig zijn. Er is geen plaats in het boeddhisme voor de vage dromerigheid van een supermarktmentaliteit.

Als we al lang studeren en nog steeds zulke bekende emotionele problemen ervaren, neigen we er misschien naar onze Lama of Goeroe hiervan de schuld te geven. Dan dienen we onszelf af te vragen of we niet alleen maar bezig zijn geweest met het vergaren van intellectuele kennis. Is er in ons gedrag iets veranderd? Het kan zijn dat we alleen maar bezig zijn geweest onze geest te vervuilen. Om zo'n vervuiling te voorkomen benadrukt de Dharma dat begrip nooit gescheiden mag zijn van actie. Wat we in termen van gedachten, woorden en daden verrichten, is veel belangrijker dan de feiten die we uit boeken verzamelen of via Lama's, Goeroe's, Yogi's of wie dan ook verkrijgen. De verantwoordelijkheid voor de eigen bevrijding en verlichting ligt bij onszelf, niet bij de Lama. Onze verworvenheden zullen uit onze eigen persoonlijkheid en bekwaamheden voortkomen, niet uit die van iemand anders. Het is fout om sentimenteel te smeken," Oh Lama, wat moet ik doen?" We moeten het doen met wat we hebben. Ons eigen potentieel bepaalt de effectiviteit van de spirituele beoefening.

Vanuit het brede perspectief van de Dharma bezien, zijn we niet alleen verantwoordelijk voor onze eigen twijfel en lijden, maar ook voor bevrijding. Als de studie van de boeddhistische filosofie conflicten in de geest veroorzaakt dan komt dat omdat we niet inzien hoe zulke kennis geïntegreerd moet worden in de eigen gedachten en handelingen. Als we wel begrepen hebben hoe we het geleerde kunnen verteren, zal een kleine portie van de lessen als een delicatesse voor onze geest kunnen worden. Het is dan net chocolade of een lekker stuk taart. Gewone kennis stelt in vergelijking hiermee niets voor.



Alex v. Baar

Sakyamoeni Boeddha

Gewone kennis is niet eens in staat een samenhangend beeld van de realiteit te bewerkstelligen, laat staan een intuïtief, vanuit het hart ervaren beeld.
Zoals ik heb gezegd hoeven we, als we wat we geleerd hebben in praktijk kunnen brengen, niet zo lang op resultaten te wachten. De voordelen komen onmiddellijk. Ik ben er zeker van dat degenen die volledig geïntegreerde meditaties hebben ervaren, inzien hoe al de uit het dagelijks leven voortkomende problemen intuïtief en bijna zonder inspanning kunnen worden opgelost. Dit gebeurt omdat zelfs een korte meditatiezitting een diep gevoelde vrede kan geven en zo'n ervaring zelf is een realisatie, of niet soms? Wanneer we van binnen rustig, stil zijn, wanneer we de belichaming zijn van innerlijke vrede, dan zijn we echt aan het leren en is het makkelijk om problemen op te lossen. Zonder zo'n vrede verstoort het leren alleen maar onze emoties. Onze innerlijke ruimte is zo vol met popcorn van strijdende gedachten, dat er geen plaats meer is voor Dharmataart.

Boeddha's lessen zijn eenvoudig en oprecht. Als we ze ingewikkeld vinden, komt dat alleen maar omdat we ze zelf zo hebben gemaakt. We kunnen dan denken,"Ik ben drs. en heb al deze kennis verzameld en toch kom ik er niet achter hoe ik moet beginnen met het beoefenen van Dharma." De remedie hiervoor is eens goed naar de eigen geest te kijken. Probeer de foutieve gedachtenvormingen te observeren, onderzoek de activiteiten van lichaam, spraak en geest, en kijk of de energie geblokkeerd of misleid is. Om dit effectief te kunnen doen, dienen we enige controle over de geest te hebben. Daarom wordt morele zelfdiscipline of beheersing van de eigen geest zo belangrijk voor de beoefening. Als we nu niet beginnen met het ontwikkelen van mentale zelfbeheersing, zullen we het ontelbare levens lang met een ongedisciplineerde geest moeten doen. Zoals sinds beginloze tijden ervaren wordt, veroorzaakt de dwangmatige energie van onwetendheid keer op keer een onvrijwillige wedergeboorte. We zullen bovendien volledig open staan voor ongunstige invloeden van binnenuit en buitenaf.

In deze context heeft open staan een negatieve betekenis. Met een juiste toepassing van zelfdiscipline kunnen we onszelf op een positieve wijze open stellen.
Mentale zelfdiscipline is niet het neurotisch samentrekken van de gedachten. Het betekent niet dat we onszelf opsluiten in een onnatuurlijk gedrag. Het wil zeggen dat we een scherpzinnige oplettendheid ontwikkelen in al onze activiteiten. Langzaam en geleidelijk halen we de knopen van de verkeerde gedachtenvormingen uit elkaar, en bevrijden we onszelf van de negatieve energie waardoor we al zolang werden vastgehouden. Een ingewikkeld theoretisch begrip is niet nodig om dit proces effectief te laten zijn. Wat belangrijk is, is dat we stoppen met het onbewuste handelen, onbewust van de gevolgen van ons gedrag. Sommige mensen denken dat zelfdiscipline het onmogelijk maakt open en natuurlijk te zijn. Zij denken dat we gewoon rustig aan moeten doen en alles z'n gang moeten laten gaan. Maar zo te denken is niet tegengesteld aan gedisciplineerd zijn. In feite, kunnen we alleen echt open zijn als we gedisciplineerd zijn. Het klopt dat we moeten stoppen verlegen te zijn om spontaan te kunnen zijn. Maar evenzo is het waar dat we nooit

roekeloos mogen zijn door zonder denken te handelen. Wanneer we goed gedisciplineerd zijn met de wijsheid van Dharma-kennis, staan we niet meer onder de dwangmatige controle van verstorende emoties en onwetendheid. Als we proberen om spontaan te handelen zonder zelfdiscipline, zullen we in plaats van openheid ten opzichte van de situatie, door onze eigen twijfels verblind worden. Om natuurlijk en spontaan te zijn en niet zo verlegen, moeten we discipline hebben welke uit zelfbewustzijn en wijsheid voortkomt.

Mensen klagen soms dat het zo moeilijk is constant te waken over de activiteiten van lichaam, spraak en geest. Dit is alleen maar moeilijk omdat zij zich niet bewust zijn van oorzaak en gevolg. Ons huidige gedrag oefent een directe invloed uit op wat we in de toekomst zullen ervaren. Evenzo is wat nu gebeurt het resultaat van wat we in het verleden hebben gedaan. Als we dit kunnen realiseren, zullen we begrijpen dat onze huidige positie fundamenteel onze eigen verantwoordelijkheid is en niet die van iemand anders. We zullen zien dat het fundamenteel ons eigen besluit is of we gelukkig of ongelukkig zijn. Als we de discipline hebben om vriendelijk, liefdevol en open te zijn, zullen we als gevolg daarvan gelukkig zijn. Als we onbedachtzaam wreed, egoïstisch en gesloten zijn, zullen we daardoor lijden ervaren. Discipline is dan een moeilijk karwei. Zolang we onwetend zijn omtrent oorzaak en gevolg is er geen motivatie om bedachtzaam te zijn. Als we het verband zien tussen activiteiten en ervaringen, zullen we automatisch voorzichtig en bewust worden. Dit is wat ik bedoel met zelfbewustzijn. Wanneer we ons meer bewust worden van onze activiteiten, ontwikkelen we steeds meer wijsheid. Dan kunnen we steeds beter oorzaak en gevolg beheersen. Anders gezegd, we kunnen steeds meer invloed uitoefenen op ons karma. Dus met zelfbewustzijn kun we echt spontaan zijn en zijn we niet meer aan de genade van onwetendheid overgeleverd.

In de mantra die ter inleiding van lezingen vaak gebruikt wordt,
- OM MOENIE MOENIE MAHA MOENIE YE SOHA - betekent het (drie keer herhalen van) moenie controle. De eerste moenie duidt op controle over de drie vergiften in de geest, die ellende in ons leven brengen: onwetendheid, begeerte en afkeer.

Mentale zelfdiscipline is niet het neurotisch samentrekken van de gedachten.

De tweede moenie duidt op controle over alle verstorende emoties en karma, inclusief de heilzame activiteiten die hoewel ze wereld plezier brengen, de geest niet bedwingen. Met de ontwikkeling van deze controle kunnen we volledige bevrijding van het cyclische bestaan verwerven. Maar zo'n kracht of zo'n gelukzalige vrijheid kunnen we niet ontwikkelen met een knip van de vingers. Het komt langzaam, heel langzaam. Het ontwikkelt zich geleidelijk aan in ons bewustzijn en wordt uiteindelijk perfect. Maha moenie ye, grote controle, doelt op controle over zelfs de indrukken van verstorende emoties en karma, alsook op controle over de subtiele dualistische geest. Op dit hoogste niveau van ontwikkeling, de staat van volledige verlichting, kunnen we universele controle uitoefenen en zodoende alle wezens van dienst zijn. Maar we moeten rustig aanvangen en langzaam verder gaan.

Deze verworvenheid komt niet tot stand door van hot naar her te springen, maar is het resultaat van een standvastige benadering. Als we rustig aanvangen en geleidelijk aan doorzetten, zullen we gemakkelijk en comfortabel verder kunnen gaan. We zullen ons steeds meer bewust worden van wat we aan het doen zijn en van de vorderingen die we maken. Als we roekeloos vooruit springen, zullen we mogelijk een been breken. Zou er dan een Lama langskomen die ons vertelt hoe we verder zouden moeten gaan in ervaringen van de ware Dharmawijsheid, dan liggen we daar als een kreupele, zonder iets te kunnen zeggen. Onze onbekwaamheid om zijn lessen te volgen is dan niet zijn schuld, maar onze eigen fout.

Wanneer we toevlucht nemen tot Boeddha, Dharma en Sangha verbinden we onszelf er op de eerste plaats toe om ons karma tot bedaren te brengen. Dit betekent dat we de wacht houden over de drie deuren, de activiteiten van lichaam, spraak en geest. Bovendien houden we een balans bij van al onze activiteiten. De methode hiervoor is meditatie. Als onze verbintenis en de methode duidelijk zijn, zal een studie van de filosofie

of de Leer erg veel hulp bieden. Naarmate we meer leren omtrent meditatie en de objecten en onderwerpen van meditatie, zal onze beoefening effectiever zijn. Ons leven en spirituele beoefeningen zullen dan een hogere betekenis krijgen door de kracht van de geïntegreerde inzet.

Het gevaar ligt 'm in het missen van de sleutel tot de Dharma ervaring: de integratie van studie en praktijk. Als ons leerproces zich voortzet met de kracht van een enorme egoenergie, dan zullen we niet absorberen wat we studeren en zullen we dientengevolge lijden aan de mentale ziekte van intellectuele vervuiling. We zijn dan wellicht bedreven geworden in het manipuleren van woorden en begrippen, maar zolang studie en beoefening niet geïntegreerd zijn, zal deze vaardigheid de bron worden van verstorende egoïstische trots. Als Boeddha Sakyamoenie zelf voor ons zou verschijnen en ons de essentiële Dharma zou uitleggen, zouden we onze schouders ophalen en denken:"Dat weet ik al lang, mij hoef je dat soort dingen niet te vertellen."

Het is moeilijk deze verstoorde staat van geest te veranderen. Mentale energieën kunnen een krachtige logica van scepticisme uitsturen en zich defensief met een sterke greep vasthouden aan de gekoesterde verkeerde begrippen. Deze ijzersterke houding maakt het niet alleen onmogelijk met anderen te communiceren maar vernietigt bovendien de essentiële waarde van de waardevolle menselijke vorm. Omdat we denken alles te weten blijven we gevangen zitten in onwetendheid en verspelen we de unieke gelegenheid om de geest te temmen en aan het lijden te ontsnappen. Daarom is het zo belangrijk dat we zo goed mogelijk proberen om alles wat we leren in praktijk te brengen. Integreer alles wat je hoort en leest met dat wat je doet en denkt. Dit is het belangrijkste wat ik te zeggen heb. Wees bewust van je karma. "Karma", als zoveel boeddhistische termen, is een Sanskriet woord. Maar denk niet dat het, omdat het een buitenlands woord is, per se een ingewikkeld begrip moet zijn. Elke dag eten we, drinken, slapen we, lopen we rond en communiceren we met anderen. Al deze energie is karma. Om het eenvoudig te stellen: welke energie onze lichaam, spraak of geest activeert; dat is karma. Elke karmische actie zorgt voor een karmische reactie die op zijn beurt weer een andere reactie veroorzaakt, enzovoort. Op dit moment is het niet nodig dieper op dit onderwerp in te gaan. Het is genoeg te stellen dat geluk het karmische resultaat is van activiteiten die met een heilzame motivatie gedaan zijn en dat lijden het resultaat is van schadelijke activiteiten. Er zouden dagen, weken of zelfs maanden nodig zijn om karma volledig uit te leggen. Maar zolang de eenvoudige leringen niet zijn verinnerlijkt, zullen meer gedetailleerde leringen alleen maar woorden zijn, weer een ander intellectueel spelletje.

Vanaf onze geboorte tot dit moment heeft alles wat we gezegd, gedacht en gedaan hebben een potentieel gecreëerd voor toekomstige karmische gevolgen. Er is geen enkel moment geweest waarop we niet zijn aangevangen met een schakel van gebeurtenissen. We geloven misschien niet in karma of oorzaak en gevolg. Maar het is er toch, als een horloge dat constant tikt. Wanneer we inzicht in dit onophoudelijke proces verwerven en we bewust worden van het

Bert Postma

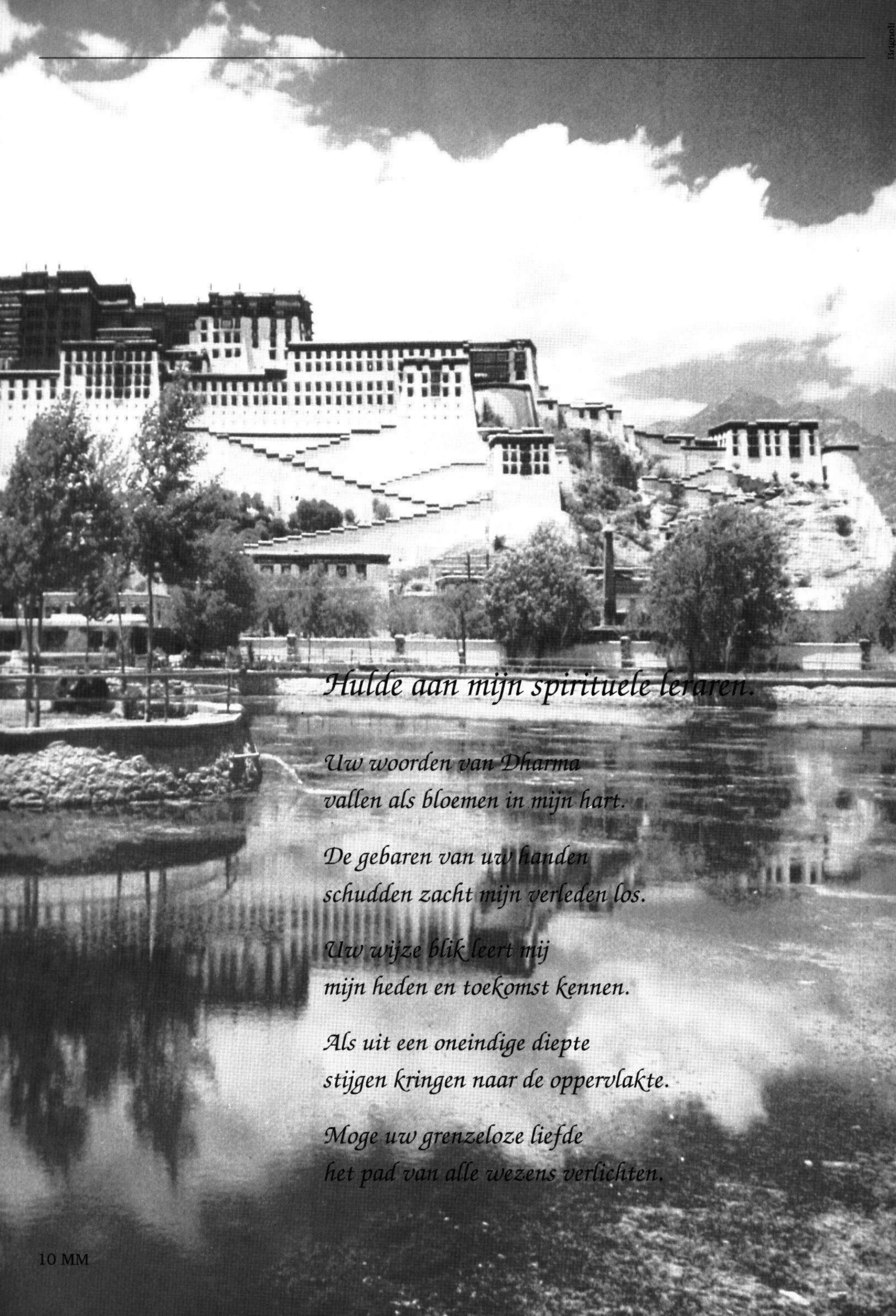
Lama Thubten Yeshe

aantal onbeheerste activiteiten dat we gewoonlijk uitvoeren, kunnen we gemakkelijk zien hoe we steeds weer problemen voor onszelf creëren. Iedere minuut voeren we honderden karmische activiteiten uit. Tot nu toe zijn we ons onbewust van al deze activiteiten. In de stilte van meditatie echter, kunnen we naar onze geest luisteren, die de bron van al deze activiteit is. We leren ons bewust te zijn van onze activiteiten in een veel diepgaander en omvangrijker mate dan ooit tevoren. Dit zelf-bewust-zijn kan leiden tot zelf-controle, die ons in staat stelt ons karma te beheersen in plaats van dat het ons beheerst. Bovendien presenteert het Grote Voertuig, het Mahayana, specifieke manieren om zelfs de gewoonste activiteiten van het dagelijks leven te transformeren in een effectief pad naar verlichting. We kunnen negatieve energie zelfs op zo'n manier inkapselen dat die positieve resultaten gaat opleveren. Dit is mogelijk omdat de energie een uitdrukking is van mentale houdingen die bewust gestuurd kunnen worden naar heilzame of niet-heilzame doelen. Alles wat we daarvoor nodig hebben is oplettendheid.

Door onze alledaagse energieën te begrijpen en ermee te werken, kunnen we flinke vorderingen maken op de spirituele weg. Het is helemaal niet nodig dat we onszelf afsnijden van de rest van de mensheid door in retraite te gaan. We kunnen ten alle tijde leren. Boeddhisme is een middenweg die alle extremen vermijdt. Daarom is het belangrijk een juiste balans te vinden als we oprecht onze Dharmabeoefening in ons dagelijkse leven integreren. Onder- of overschat niet wat we redelijkerwijs aan kunnen, maar probeer zoveel mogelijk te werken binnen de bestaande situaties. Wanneer we de Dharma in ons dagelijkse leven integreren, zullen we altijd vol enthousiasme zijn. Zelfs als we honderd jaar oud zijn, kan onze geest nog zo fris en uitbundig zijn als die van een vijftienjarige. Anders zullen lichaam en geest samen oud en futloos worden. We zullen geen voordeel hebben van de wijsheidskennis en de rest van ons leven uitleven en sterven in angst en onwetendheid.

Probeer alsjeblieft zo veel mogelijk in vrede met jezelf te zijn. Probeer gelukkig te zijn. Het heeft vele voordelen te wonen in dit land, gebruik deze gelegenheid dus goed. Besef dat het ware doel van machines in zo'n geïndustrialiseerde samenleving het winnen van tijd is. Als we onszelf verstandig kunnen organiseren, zullen we zien dat er genoeg tijd overblijft om te mediteren. Wanneer we ons dan bewust beginnen te worden van karmische activiteiten en hun effecten, en we gaan waken over ons lichaam, spraak en geest, dan zijn we echt boeddhisme aan het beoefenen. Anders zullen we, wanneer we proberen te mediteren alleen maar zitten, zonder enige nuttige functie of wat dan ook uit te voeren. Zitten op zichzelf is niet de beoefening. Groei en ontwikkeling zijn de ware beoefening. Wanneer we groeien, voelen we dat echt. Er is geen reden om dan te vragen; "Oh Lama, leer ik nu of niet? Maak ik enige vooruitgang?" Ervaringen worden alleen door onszelf ervaren, niet door een Lama of wie dan ook. We zijn best in staat om onze eigen vooruitgang te beoordelen. Ik denk dat ik al teveel gepraat heb maar ik vermoed dat ik toch wat te zeggen had. Nu is er niets meer dat ik jullie nog moet vertellen. Misschien heeft ons samenzijn hier enige verdiensten opgeleverd, wat goed karma. Als dat zo is laten we het niet verloren gaan. In plaats daarvan, laten we het toewijden aan het welzijn van alle moeder levende wezens. Heel hartelijk dank. Ik ben erg blij dat er in Amerika zoveel mooie mensen zijn die op zoek zijn naar het altijd durende, vredige pad van de verlichting. Het is ontzettend fortuinlijk dat jullie zo'n vruchtbare karmische relatie hebben met Trungpa Rinpochee. Mogen zijn inspanningen en die van jullie door blijven gaan en voor iedereen geluk en vrede brengen. Heel hartelijk dank.

Uit: Wisdom Energy 1,
blz. 24 t/m 34
Vertaling: Gelong Jampel Pharchin



Brignoli

Hulde aan mijn spirituele leraren.

Uw woorden van Dharma
vallen als bloemen in mijn hart.

De gebaren van uw handen
schudden zacht mijn verleden los.

Uw wijze blik leert mij
mijn heden en toekomst kennen.

Als uit een oneindige diepte
stijgen kringen naar de oppervlakte.

Moge uw grenzeloze liefde
het pad van alle wezens verlichten.

MOTIVATIE EN EVOLUTIE

EEN LEZING DIE DE EERWAARDE GESHE KONCHOG LHUNDUP OP 1 MAART 1991 IN HET STUDIE- EN MEDITATIECENTRUM VAN DE STICHTING MAITREYA INSTITUUT HIELD, TER INTRODUCTIE VAN HET THEMA-WEEKEND OVER CONCENTRATIE EN DE SIDDHI'S.

Zoals Acharya Shantideva in zijn tekst de Bodhicharyavatara zegt, is het afhankelijk van de motivatie of een bepaalde positieve activiteit alleen maar ten gunste komt van dit leven of ten gunste komt aan een heleboel volgende levens of ten gunste komt aan het bereiken van blijvende bevrijding en het hoogste niveau van evolutie; de staat van volmaakte verlichting.

DE VERLICHTINGSGEEST ALS MOTIVATIE

Als we gemotiveerd zijn door de verlichtingsgeest, de wens het hoogste niveau van evolutie te bereiken om het welzijn van alle voelende wezens te kunnen bevorderen, worden alle andere gedachten zuiver en effectief. Daarom wordt de altruïstische motivatie in de teksten vergeleken met het alchemistische elixer waarmee men van gewoon ijzer goud zou kunnen maken. Het wordt gezegd dat onder meer de Mahasiddha, de grote yogi Nagardjoena erin was geslaagd om ijzer echt in goud te transformeren en daarom ook geen moeite had om in zijn levensonderhoud en in dat van zijn leerlingen te voorzien.

Zoals het magische elixer gewoon ijzer in goud verandert, zo verandert de altruïstische motivatie verlicht te willen worden voor het welzijn van anderen, onze gewone gedachten in zuivere gedachten en ons gewone gebrekkige lichaam, zoals we dat nu ervaren, in het zuivere licht-lichaam van een boeddha. Heilzame activiteiten die verricht zijn met de op verlichting gerichte geest creëren een enorme hoeveelheid positieve energie, die zelfs door woede aanvallen niet vernietigd kan worden en onuitputtelijk is zodat we er vele levens lang profijt van hebben, tot we er uiteindelijk, vroeger of later, het hoogste niveau van evolutie door bereiken. Daarom is het zo belangrijk dat we alle goede dingen die we doen verrichten op basis van deze altruïstische motivatie en ons trainen de op verlichting gerichte geest eigen te maken.

Het Sanskriet woord "bodhicitta" wordt in het Tibetaans "djang-chub-kyi-sem" of kortweg djang-

sem en in het Nederlands de "verlichtingsgeest". Het bereiken van het hoogste niveau van evolutie wordt gezien als beste middel om het welzijn van alle wezens te kunnen bevorderen. Het hoogste niveau van evolutie wordt in het boeddhisme "bodhi", "djangchub", "verlichting" of "boeddhaschap" genoemd. Met welzijn wordt niet alleen het tijdelijke welzijn bedoeld, maar ook het uiteindelijke welzijn in de vorm van blijvende bevrijding en duurzaam geluk. In deze motivatie staat de eigen ontwikkeling in dienst van, en is dus ondergeschikt aan het dienen van anderen. Het doel is om alle wezens te helpen blijvend geluk te verwerven en het middel daartoe is onszelf te ontwikkelen. Deze motivatie, deze houding, is zo positief en heeft een dermate krachtige uitstraling, dat iemand die spontaan deze op verlichting gerichte geest bezit een heilzaam effect op de omgeving heeft en dat heel het land daar wel bij vaart.

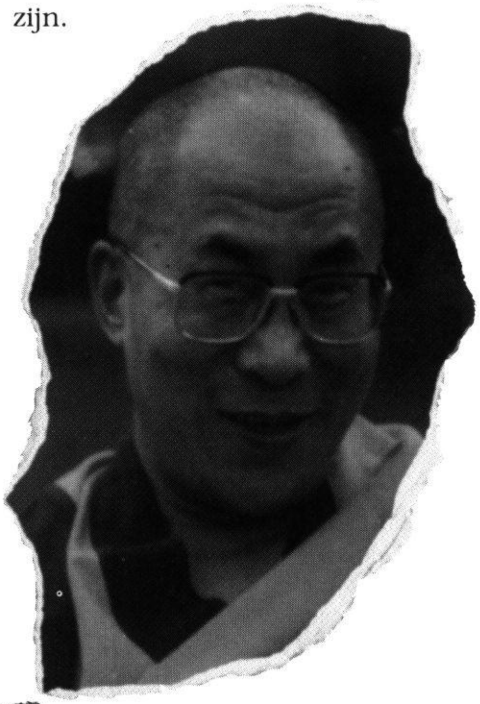
Bovendien zal iemand die werkelijk gemotiveerd is het uiteindelijke welzijn van alle wezens te bevorderen daardoor de verstorende emoties zoals jaloezie, irritatie en woede overwinnen, omdat hij of zij zich niet met egocentrische houdingen wenst in te laten en zichzelf voortdurend ondergeschikt maakt aan het welzijn van anderen. In zo'n persoon, een bodhisattva, is dus ook geen reden voor het zoeken van ruzie of het voeren van een oorlog.

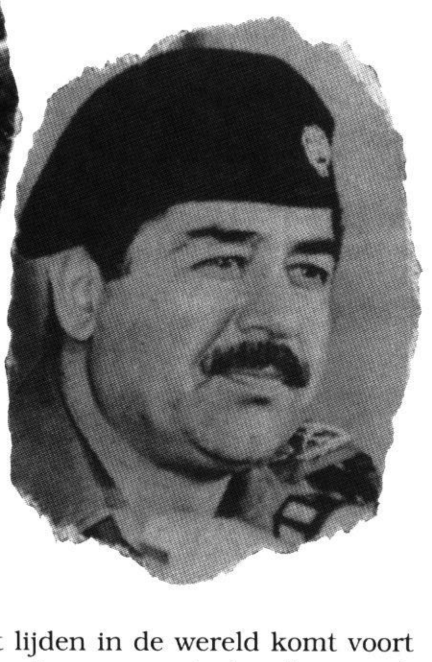
Nu denk je misschien wel, "Waar heeft die Geshe het toch over? We kwamen hier toch om over concentratie te leren?" Dat is ook zo, maar het is veel beter om de concentratie technieken die we zullen uitleggen met een zuivere altruïstische motivatie te leren en ze in het grotere verband te plaatsen.

De grote Tibetaanse Meester Lama Tsong Khapa zegt dat alle heilzame en alle schadelijke activiteiten die we verrichten zekere gevolgen hebben. Wanneer we heilzame activiteiten verrichten met een positieve motivatie, dan geeft dat positieve, plezierige resultaten. Wanneer we daarentegen activiteiten verrichten met een slechte motivatie - zelfs al zijn dat heilzame activiteiten - dan komt daar niet veel goeds uit voort. Probeer daarom altijd, waar nodig, je motivatie te corrigeren.

We worden in de wereld om ons heen voortdurend geconfronteerd met de gevolgen van slechte motivaties. We zien het nu weer zo duidelijk in de Golf-oorlog, een oorlog die weer totaal voortkomt uit schadelijke gedachten, uit schadelijke motivaties. We zien ook dat wanneer enkelingen slecht gemotiveerd zijn, dat voor hele volksstammen vreselijke gevolgen kan hebben. Gelukkig is het tegendeel ook waar: ook al zijn er maar een paar mensen heel erg positief gemotiveerd, dan kan dat voor hele groepen mensen verstrekkende gevolgen hebben.

Wanneer op een gegeven moment regeringsleiders aan hun eigenbelang voorbij gaan en een heilzame motivatie opwekken, zal dat tot gevolg hebben dat conflicten kunnen worden opgelost, zodat er vrede heerst. Dat is een vorm van primair geluk voor alle wezens die met die regeringsleiders te maken hebben of aan hen ondergeschikt zijn.





Het lijden in de wereld komt voort uit de ongecontroleerde geest. Omdat ze hun geest, hun bewustzijn, niet onder controle hebben,

verrichten individuen schadelijke activiteiten, welke lijden veroorzaken. Alle vervelende dingen die wij in ons leven meemaken, komen voort uit schadelijke activiteiten die wij in het verleden door een gebrek aan controle over onze eigen geest zelf hebben verricht. Alle positieve dingen in ons leven, alle fijne gebeurtenissen, alle gelukservaringen, komen voort uit heilzame activiteiten die we in het verleden door heilzame gedachten zelf hebben verricht.

GELIJKE KANSEN?

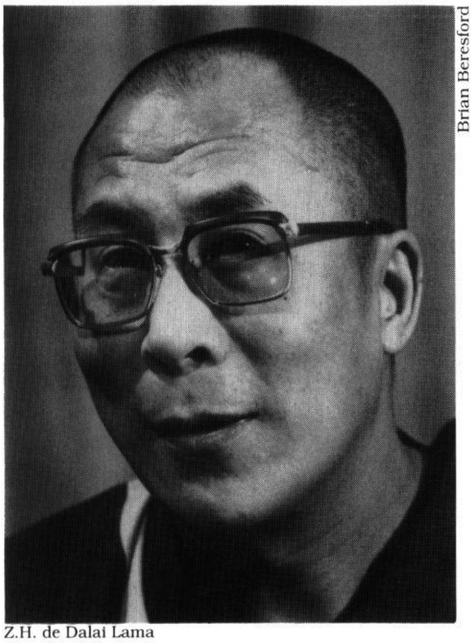
In het westen heerst nog steeds de opvatting dat, indien de mensen maar gelijke kansen krijgen en even hard werken, ze allemaal even ver zullen komen. We zien echter dat het tegenovergestelde waar is; zelfs al geef je mensen een gelijke start en zelfs al werken die mensen even hard, dan nog zullen sommigen meer succes hebben dan anderen. We zien daarin dat er meer nodig is dan alleen de inzet in dit leven. Er is ook een aanleg, een geesteshouding, een hoeveelheid positief karma nodig. Er is verschil tussen de mensen met betrekking tot de hoeveelheid positieve energie of verdienste die in voorgaande levens is opgebouwd en nu een basis vormt voor de inspanningen in dit leven. We denken doorgaans dat rijk worden veroorzaakt wordt door heel hard werken. Maar volgens het boeddhisme is keihard werken alleen een bijdragende omstandigheid. De voornaamste oorzaak voor rijkdom moet in de vorm van karmische indrukken al in onze bewustzijnsstroom aanwezig zijn willen we echt kans op succes hebben. De oude karmische indrukken zijn de werkelijke oorzaken voor het ervaren van rijkdom in dit leven.

We zouden er dus verstandig aan doen onze visie te verruimen door niet alleen te kijken naar dit ene leven, maar wel degelijk ook onze voorgaande levens erbij te betrekken en tegelijk te begrijpen dat er nog vele levens op dit leven zullen volgen, waarin we door wilskracht geleidelijk naar het hoogste niveau van evolutie toewerken. We laten onze evolutie dus niet op zijn beloop, maar nemen de touwtjes van onze ontwikkeling letterlijk in eigen handen. Dit is de boeddhistische visie op spirituele en fysieke ontwikkeling.

Terwijl we zo over een groot aantal levens op weg zijn naar het hoogste niveau van evolutie zullen we onderweg verschillende obstakels en hindernissen tegenkomen. Het beste wapen om alle hindernissen te overwinnen is wijsheid. Hoewel de moderne technologie bij machte is een keur aan verfijnde wapens te produceren, zoals de op afstand bestuurbare bommen en raketten, zal het niet met dit soort materiaal zijn dat we het hoogste niveau van evolutie bereiken. Wanneer we over een aantal levens willen doorstoten naar de staat van volmaakt boeddhaschap, dan hebben we wijsheid nodig en geen kruisraketten. Het grote wapen waarmee wij ons einddoel bereiken is wijsheid die gedragen wordt door een hoge mate van concentratie. De moeilijkheden, de hindernissen, de vijanden die we op onze weg naar perfectie tegenkomen zijn soms moeilijk te overwinnen. Ze zijn vaak zelfs moeilijk te herkennen en daarom heel moeilijk blijvend te elimineren. Daarom is het zo belangrijk dat we een combinatie van concentratie en wijsheid ontwikkelen, waarmee we zelfs de hardnekkigste en meest verborgen hindernis kunnen uitschakelen. In feite is de strijd die we in onze eigen psyche voeren om tot een hoger spiritueel niveau en daarmee tot een hoger niveau van bestaan te komen, veel moeilijker dan het voeren van een veldslag of een gewone oorlog. In een fysieke veldslag zijn de zaken visueel te overzien. En zelfs al spelen dingen zich op een grote afstand af, dan zijn ze met technische middelen waarneembaar te maken. De strijd in onze psyche en ook de interne vijanden zijn voor het oog verborgen en zodoende moeilijk te identificeren en moeilijk te herkennen. Onze echte vijanden zitten in onze eigen geest en houden zich schuil. Ze laten zich af en toe heel even zien in de vorm van verstorende emoties zoals woede en begeerte. Onze geest is al zovele levens lang gewend aan deze verstorende emoties dat ze er bijna bevriend mee is geraakt en zich er zo mee verenigd voelt, dat het heel moeilijk is geworden de verstorende emoties van de rest van onze geest te onderscheiden en dat het nog moeilijker is de verstorende emoties uit de geest te verwijderen.

NIRVANA

Iemand die de staat van Nirvana, de staat van blijvende bevrijding heeft bereikt is voorgoed vrij van alle soorten lijden en van alle oorzaken van lijden. Zo iemand wordt in het Tibetaans een "dra-chom-pa", een vernietiger van de vijand genoemd. Het Sanskriet equivalent is "arhat". Zo'n vernietiger van de vijand is dus niet iemand die zijn buurman een kopje kleiner heeft gemaakt, maar iemand die er met succes in is geslaagd alle verstorende emoties voorgoed uit zijn of haar bewustzijnsstroom te verwijderen. Zo bestaat de gestuurde evolutie van de boeddhist in feite uit een aanval op alle verstorende emoties met het daarvoor meest geschikte en effectieve wapen dat bestaat, na-


Brian Beresford

Z.H. de Dalai Lama

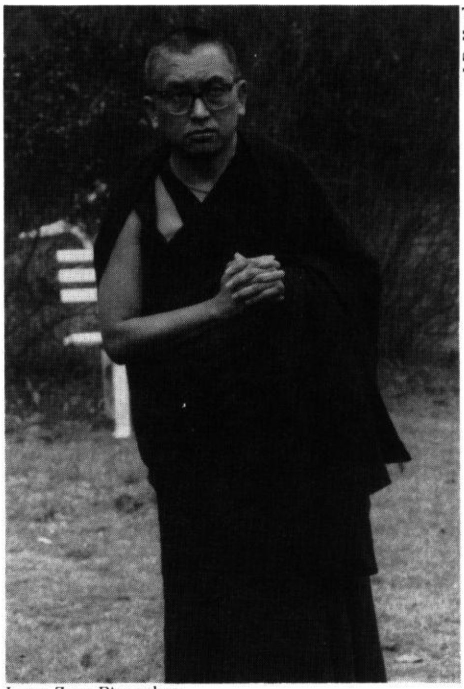
melijk de wijsheid die gericht wordt door een sterke concentratie. Om het wapen wijsheid zo effectief mogelijk te maken hebben we niet alleen een hoge mate van concentratie nodig, maar ook een heilzame motivatie.

Probeer daarom te begrijpen wat het inhoudt een motivatie op te wekken waarbij je besluit: "Ik ga bewust streven naar het hoogste niveau van evolutie, de staat van volmaakt boeddhaschap, met als doel alle voelende wezens uit hun lijden te bevrijden en hen te helpen om ook het hoogste niveau van evolutie te bereiken". Indien je met zo'n zuivere motivatie aan wat dan ook begint, krijgt die activiteit een enorm positieve lading. Iemand die deze motivatie voortdurend spontaan heeft wordt een bodhisattva genoemd. Omdat een bodhisattva altijd doorgaat met zijn of haar ontwikkeling ten dienste van alle wezens, is het dus ook heel logisch dat er overal op aarde bodhisattva's leven. Mensen die voor het welzijn van de wereld op weg zijn naar de staat van boeddhaschap. Ik ben er dan ook van overtuigd dat in verschillende regeringsfuncties over de hele wereld bodhisattva's actief zijn. Dit is in wezen ook een logische zaak, omdat een bodhisattva altijd opnieuw incarneert en blijft terugkeren om de mensheid zoveel mogelijk te helpen. En veelal kunnen ze dat het beste in topfuncties. Vooral regeringsfunctionarissen die zich inzetten voor de wereldvrede moeten we in dit opzicht in de gaten houden.

DE BODHISATTVA-EVOLUTIE

Ook wij zouden voortdurend moeten proberen de altruïstische motivatie - verlicht te willen worden voor het welzijn van alle voelende wezens - zo sterk mogelijk op te wekken. Wat doen we dan als we ons deze edele motivatie eenmaal hebben eigen gemaakt? Dan trainen we ons als bodhisattva, in de zes perfecties voor het rijpen van de eigen bewustzijnsstroom en in de vier manieren voor het doen rijpen van de bewustzijnsstroom van anderen. Tesamen vormen deze de tien methoden die tot perfectie leiden. Omdat het ontwikkelen van concentratie en wijsheid in het Mahayana boeddhisme als de vijfde en zesde perfectie wordt beschouwd en omdat deze laatste twee van de zes perfecties een voortzetting zijn van de eerdere beoefeningen van de bodhisattva, kunnen ze eigenlijk niet los worden gezien van de basisprincipes en fundamentele ideeën, die aan de levensweg van de bodhisattva ten grondslag liggen.

In het algemeen wordt in het Tibetaans boeddhisme nogal gehamerd op het bereiken van bevrijding en boeddhaschap. Maar we moeten natuurlijk wel realistisch blijven en beseffen dat het in één leven bereiken van bevrijding of boeddhaschap maar voor een enkeling is weggelegd, en dat de meesten van ons meerdere levens nodig hebben om tot bevrijding en nog meer om tot boeddhaschap te komen. Binnen de ruime visie van het streven naar boeddhaschap over een groot aantal opeenvolgende levens, past logischerwijze ook de opvatting dat we ervoor zorgen in alle volgende levens een goede wedergeboorte te krijgen. Zo'n goede wedergeboorte is het gevolg van het beoefenen van zelfdiscipline en de andere perfecties. Door het beoefenen van een bepaalde


J.P. Kool

Lama Zopa Rinpochee

basis van ethiek of morele zelfdiscipline worden we als mens herboren. Maar ook al worden we op deze planeet als mens geboren, dan wil dat nog niet zeggen dat we daarmee de vrijheden en rijkdommen hebben voor een optimale spirituele groei. Vele mensen op deze planeet zijn ofwel fysiek ofwel geestelijk gebonden en niet vrij om te doen wat ze willen. Daarom streven we ernaar oorzaken te creëren om als mens geboren te worden, maar ook om gezond en lang te kunnen leven, om rijkdom of in ieder geval de materiële benodigdheden te kunnen genieten, om invloed te hebben over anderen en zovoort. Al deze verschillende factoren zijn nuttig in het licht van onze spirituele ontwikkeling en voor het steunen van anderen. Er

is niets wat toevallig gebeurt. Alles wat gebeurt heeft een specifieke oorzaak en daarom is het ook zo logisch dat we ons nu inspannen in het creëren van oorzaken voor de dingen die we in de toekomst willen ervaren. Als we in de toekomst veel willen bezitten, dan moeten we nu loslaten en vrijgevig zijn.

Samenvattend kunnen we zeggen dat we door het trainen in vrijgevigheid, in morele zelfdiscipline, in verdraagzaamheid en geduld, in enthousiaste volharding, in meditatieve absorptie en in wijsheid, een enorme verzameling positieve energie vergaren, die we vervolgens richting geven met zuivere wensen of gebeden. En dan kunnen we uitstippelen waar we met het oog op onze verdere ontwikkeling herboren willen worden. In welke streek, in welke stad, bij welke ouders, enzovoort. Voor mensen die nieuw zijn in de Leer van het Mahayana, het Grote Voertuig, kan dit een beetje materialistisch of berekenend in de oren klinken. Daarom wil ik even toelichten dat het streven naar zulke kwaliteiten zoals geboren worden in een goede familie, invloed hebben, rijkdom genieten en dergelijke voor de bodhisattva altijd ten dienste van anderen staat, omdat deze factoren de mogelijkheden om anderen te helpen vergroten. Je kunt nu eenmaal meer doen voor anderen als het goed gaat met jezelf. Bodhisattva's zijn niet wars van bezit, omdat bezit kan worden aangewend voor de goede werken voor het welzijn van iedereen. Er zijn nog wel eens mensen die zeggen, "Ja maar, jullie zijn toch boeddhisten, jullie hebben toch niets nodig". Zo is het natuurlijk niet. Als je Mahayana-boeddhist bent en voor het welzijn van alle wezens werkt, heb je juist enorm veel nodig. Bodhisattva's zijn dan ook niet alleen vaardig op het geestelijke vlak maar bekwamen zich ook op werelds gebied.

J.P. Kool

Geshe Konchog Lhundup

Daarbij moet dan wel worden aangetekend dat het wereldse altijd ondergeschikt is aan, en ten dienste staat van het geestelijke. Een bodhisattva moet om zijn of haar gestelde doel te bereiken ook vaak op werelds gebied beginnen om de mensen later mee te krijgen op het geestelijke vlak.

Sommige bodhisattva's die de boeddhistische Leer onderwijzen hebben enorm veel volgelingen. De neiging bestaat om dat toe te schrijven aan de kwaliteit en de manier van lesgeven. Maar evenals met rijkdom, is hard werken niet de voornaamste oorzaak. De voornaamste oorzaak is dat deze mensen in vorige levens veel geduld hebben beoefend. Indien we in dit leven veel geduld en verdraagzaamheid beoefenen, zullen er in ons volgende leven veel mensen zijn die naar ons luisteren.

Enthousiaste volharding in spirituele oefeningen zorgt ervoor dat we de verschillende soorten luiheid overwinnen. Luiheid heeft de neiging vele levens lang terug te komen, zoals de luiheid van het minderwaardigheidsgevoel, het "dat kan ik toch niet". Ook de luiheid van onverschilligheid, het steeds uit blijven stellen, en de luiheid van alleen maar gezellige, wereldse dingen willen doen, worden door enthousiaste volharding overwonnen.

Door een combinatie van deze beoefeningen van de perfecties zullen we niet alleen in leven na leven als mens worden geboren, maar het zal ons in die levens ook niet ontbreken aan dingen die we nodig hebben voor onze verdere evolutie en voor het effectief bevorderen van het welzijn van anderen. Alleen binnen deze context is het ontwikkelen van gestilde concentratie voor de perfectie van meditatieve absorptie een Mahayana beoefening.

Als de gestilde concentratie (samatha) wordt gecombineerd met de training in diep inzicht (vipasyana) in de éénpuntige concentratie op de uiteindelijke werkelijkheid, worden de vijanden van onze geest - de verstorende emoties en negatieve karmische indrukken - voorgoed vernietigd. Maar ook voor deze aanval op de verstorende emoties en negatieve karmische indrukken geldt dat het pas een Mahayana beoefening en een oorzaak voor het bereiken van het hoogste niveau van evolutie wordt, als we gemotiveerd zijn door de verlichtingsgeest, het elixer waarmee alles echt waardevol wordt.

Oorspronkelijke vertaling uit het Tibetaans en bewerking voor het Maitreya Magazine: Hans van den Bogaert.

ZELF OF.................GEEN ZELF

DE TWEEDE BLOEMLEZING UIT DE SOETRA'S DIE OVER HET LEVEN VAN SAKYAMOENIE BOEDDHA GAAN.

De hier aangehaalde Soetra-fragmenten komen uit "Het Evangelie van Boeddha" in een vertaling van Paul Carus uit 1961, en zijn qua taalgebruik lichtelijk gemoderniseerd.

ANATHAPINDIKA

Toen hij hoorde, dat Boeddha in de wereld gekomen was en in het bamboebos nabij de stad verbleef, ging Anathapindika nog diezelfde nacht op pad om de Gezegende te ontmoeten. En de Gezegende zag aanstonds de deugdelijke eigenschappen van Anathapindika's hart en begroette hem met woorden van religieuze vertroosting. Anathapindika luisterde naar de lieflijke waarheid die door de Gezegende werd verkondigd, en Boeddha sprak:
"De rusteloze drukke aard der wereld zeg ik u, ligt aan de wortel van het lijden. Bereik de geestelijke kalmte, welke rust in de vrede der onsterfelijkheid. Het Zelf is slechts een verzameling samengestelde verschijnselen en ledig gelijk een inbeelding.

"Wie is het, die onze levens vormt? Is het Ishvara, een schepper die een persoon is? Indien Ishvara hun maker is, behoren alle levende schepselen zich zwijgend aan de macht van hun schepper te onderwerpen. Zij zouden gelijk vaten zijn, gevormd door de pottenbakkers hand. Indien dit zo was, hoe zou het dan mogelijk zijn het heilzame te beoefenen? Indien de wereld door Ishvara was geschapen zou er geen verdriet, geen rampen en geen zonde bestaan, want zowel heilzame als schadelijke daden zouden van de schepper komen. Zo niet, dan zou er naast hem een andere oorzaak bestaan, en hij zou niet de Zelfbestaande zijn. Aldus wordt het denkbeeld van Ishvara verworpen".

"Anderen zeggen dat het Absolute ons geschapen heeft. Doch dat, wat absoluut is, kan geen oorzaak zijn. Alle dingen rondom ons zijn afkomstig van een oorzaak zoals de plant van het zaad, maar hoe kan het Absolute de oorzaak van alle dingen tegelijk zijn? Zo het hen doordringt, dan, voorzeker, maakt het hen niet".

"Ook wordt gezegd dat het Zelf de maker is. Maar indien het Zelf de maker is, waarom maakt het de dingen dan niet aangenaam? De oorzaken van smart en vreugde zijn feitelijk, en niet slechts persoonlijke inbeelding. Hoe kunnen zij gemaakt zijn door het Zelf?"

"Voorts, indien gij de bewijsgrond aanneemt dat er geen schepper is, dat ons lot op toeval berust en dat er geen oorzakelijkheid is, welk nut zou het hebben onze levens te vormen en middelen passend te maken tot enig doel?"

"Daarom betogen wij, dat alle dingen die bestaan, niet zonder oorzaak zijn. Echter noch Ishvara, noch het Absolute, noch het Zelf, noch het toeval zonder oorzaak, is de maker. Onze daden, goed en kwaad, brengen gevolgen voort; goed en kwaad. Zo is de gehele wereld ondergeschikt aan de wet der oorzakelijkheid en de scheppende oorzaken zijn niet buiten het innerlijk, want het goud waarvan de beker gemaakt is, is door en door goud. Laat ons dan de verering van Ishvara en het bidden tot hem afleggen. Laat ons ook niet ons zelf verliezen in ijdele bespiegelingen over nutteloze spitsvondigheden. Laat ons het Zelf en alle zelfzucht afleggen, en omdat alle dingen door oorzakelijke relaties ontstaan, laat ons het goede beoefenen opdat uit onze daden het goede moge voortkomen."

HET HINDOEISME

De Boeddha leefde in een land waar het hindoeisme de dominante religie was (en tegenwoordig weer is). Zijn uitleg is dan ook gericht op het Hindoe-idee van het "individuele zelf" dat naast de "absolute persoon-Godheid" Brahman (of Ishvara e.d.) bestaat. Zonder moeite kunnen we parallellen trekken met het Christelijke Godsbegrip, maar er zijn ook de nodige verschillen. Het bovenstaande betoog is gericht tegen elk "persoon-God-idee". Samenvattend stelt Boeddha:

1) Dat er geen enkele schepper van de wereld bestaat buiten de eigen daden van de mensen, dieren en andere wezens;

2) Dat verering van almachtige persoon-goden tijdverspillende ketterij is, al zal dit woord in het oosten beslist een minder harde betekenis hebben dan bij de Christenen.

3) Dat we ons niet moeten verliezen in bespiegelingen over nutteloze spitsvondigheden. Debatteren over de oorzaak van de wereld met andersdenkenden heeft zo zijn gevaren, stelt hij. Het goede beoefenen, door ons op Dharma te richten, heeft prioriteit.

KASYAPA, DE POTTENBAKKER KEERT TERUG

En de Tathagata sprak de eerwaarde Kasyapa toe, teneinde onzekerheid en twijfel uit zijn geest te verwijderen, en sprak:
"Alle dingen zijn gemaakt uit een kern-beginsel en toch verschillen de dingen wat betreft de vormen die zij onder verschillende indrukken aannemen. Zoals zij zichzelf vormen, zo handelen zij - en zoals zij handelen, zo zijn zij. Het is, Kasyapa, alsof de pottenbakker verschillende vaten maakt uit dezelfde klei. Sommige van deze potten zijn bestemd om suiker te bevatten, andere rijst, andere melk en gestremde melk. Weer andere zijn vaten voor onreinheid. Er is geen verschil in de gebruikte klei; de verscheidenheid der potten wordt alleen veroorzaakt door de vormende handen van de pottenbakker, die ze gestalte geeft voor het verschillende gebruik waar ze voor bestemd zijn. En zoals alle dingen hun oorsprong hebben in eenzelfde wezensbeginsel, zo ontwikkelen zij zich volgens één wet, en zijn zij bestemd voor één doel; het uiteindelijke geluk.
"Nirvana komt tot u, Kasyapa, als u goed begrijpt, en als u leeft overeenkomstig uw begrip dat alle dingen in wezen één zijn en dat er slechts één wet is. En zo is er slechts één Nirvana, evenals er slechts één (uiteindelijke) waarheid is, geen twee of drie. De Tathagata is dezelfde voor alle wezens, alleen in zijn houding verschillend, zoals alle wezens verschillend zijn. (...)

"De Tathagata is dezelfde voor allen; nochtans de behoeften van ieder wezen afzonderlijk kennende, openbaart hij zich niet aan allen op gelijke wijze. Hij toont hen niet eensklaps de volheid der alwetendheid, maar houdt rekening met de aanleg van verschillende wezens."

De laatste zinnen zijn we vaker tegengekomen. Deze theorie van "meerdere aspecten en formuleringen van de waarheid" is uiterst belangrijk als men de Soetra's op hun juiste waarde wil schatten. Immers, het tweede verhaal over de pottenbakker lijkt op het eerste gezicht in strijd te zijn met het eerste verhaal en toch is dat schijn. Het verhaal van Anathapindika leert ons dat er geen "absolute persoon-schepper" is die met een pottenbakker kan worden vergeleken. Slechts het karma is scheppend. Het verhaal van Kasyapa benadrukt dat wij wél allemaal gemaakt zijn van dezelfde klei: niets is van onszelf, alles vergaat en zal overgaan in iets anders. Karma, wederom, bepaalt welke vorm het zal aannemen. Dit proces mag best "het Absolute" genoemd worden of "doordrongen van het Absolute", maar dat is dan een totaal onpersoonlijk Absolute, te vergelijken met de ene enkelvoudige klei.

> ***Zoals zij zichzelf vormen, zo handelen zij- en zoals zij handelen, zo zijn zij.***

ANDERE RELIGIES

Voor wie het hindoeisme bestudeerd heeft zijn er talrijke overeenkomsten, doch het grote verschil is eminent: de Boeddha verwerpt met kracht het idee van een "oppermachtige-persoon-God" en van een "blijvend, permanent zelf".

Dat de christelijke "persoon-God" niet in het boeddhisme past zal duidelijk zijn - maar vergis u niet! De profeet Jezus wordt door de boeddhisten als een zeer hoge reïncarnatie gezien, op het niveau van een gerealiseerde bodhisattva of zelfs een boeddha! En het bidden tot bodhisattva's en boeddha's is binnen het boeddhisme een nuttige spirituele beoefening, waarmee men een positieve verandering in zichzelf kan bewerkstelligen.
Het christelijke idee van een onpersoonlijke "God die onze allerhoogste waarden symboliseert en ons verenigd" kunnen we vergelijken met het aan Kasyapa uitgelegde "in wezen één zijn". Het is de boeddhanatuur, die in ons allen is; ons aller vermogen om de leegte (Sunyata) te realiseren, waarmee de Boeddha in bovenstaande verhalen Nirvana gelijk stelt gezien de "aanleg der toehoorders". Deze vergelijking gaat op mits het christelijke Gods-idee wordt vertaald in het "beoefenen van goede daden".

Het plegen van bespiegelingen over spitsvondigheden daarentegen, en het aanverwante evan-geliseren van anderen, was niet bepaald een grote liefhebberij van de Boeddha. Als we het debatteren en evangeliseren vermijden, zien we dat er in de praktijk sterke parallellen tussen christenen en boedhisten bestaan. De Tibetaanse Lama's stellen ons de door Christus gepredikte liefdadigheid vaak ten voorbeeld. En mits we de motivatie goed formuleren en ons in zelfloosheid grondvesten, is het herkennen van die parallellen en het gezamenlijk beoefenen van goede daden - zoals vrijgevigheid - toch prachtig?

Erik de Ruijter

TIBETAANSE ASTROLOGIE EN ASTRONOMIE

DIT ARTIKEL IS EEN SAMENVATTING VAN EEN LEZING DIE DR ALEX BERZIN HIELD IN HET STUDIE- EN MEDITATIECENTRUM VAN DE STICHTING MAITREYA INSTITUUT OP 2 MEI 1985.

Sterrenberekening, zoals het letterlijk heet, is één van de traditionele wetenschappen die in Tibet werden bestudeerd. Het is een studie die wiskunde, astrologie en astronomie omvat. Het beschrijft de berekeningen die gebruikt worden om de bewegingen van de planeten en hun posities aan de hemel te bepalen en de berekeningen die gebruikt worden voor het maken van de kalender en het voorspellen van eclipsen.

Het omvat tevens de astrologische berekeningen die voor de persoonlijke horoscopen worden gebruikt alsook voor de informatie die we in de Tibetaanse almanak aantreffen. In deze almanak wordt aangegeven welke dagen en tijdstippen voorspoed of tegenspoed brengen voor het aanvangen van verschillende activiteiten zoals het planten van gewassen.

Er zijn verschillen tussen de voornaamste Tibetaanse overleveringslijnen van astrologie, hoofdzakelijk wat betreft het mechanisme dat gebruikt wordt om de maankalender op één lijn te brengen met de zonnecyclus. Hiertoe is het noodzakelijk dat binnen de kalender een extra maand wordt toegevoegd, of dat extra dagen worden toegevoegd of weggeschreven, waardoor de nieuwe en volle maan goed uitkomen. De specifieke tijd waarop de extra dag wordt toegevoegd of weggeschreven of waarop de extra maand wordt toegevoegd, verschilt enigszins in de kalenders die aan de hand van de wiskundige regels van twee systemen worden gemaakt.
De Tibetaanse kalender is hoofdzakelijk afgeleid van het Indiase astrologische materiaal van de Kalachakra Tantra en is ingedeeld in tijdkringen van zestig jaar, waarbij de eerste tijdkring in het jaar 1027 aanving.

Het Kalachakra systeem van berekeningen voor de kalender en de positie van de planeten lijkt op de systemen van het oude Griekenland en India. Het is gebaseerd op bepaalde wiskundige modellen met behulp waarvan we de positie van de planeten en de beweging ervan kunnen voorspellen. Het verschilt daarin van het Chinese systeem, dat zich nogal vroeg ontwikkelde door de positie en beweging van de planeten uit observaties af te leiden. Dit was ook een in het oog springend kenmerk van de latere Arabische astrologie. Toen de Arabische invloed in een veel latere periode India bereikte, werden daar ook verscheidene observatoria gebouwd.

De voornaamste astrologische informatie die hoofdzakelijk uit het Kalachakra systeem stamt zoals dat in de Tibetaanse astrologie en astronomie wordt gepresenteerd, is de astrologie van de uren. Hiervan wordt gebruik gemaakt om te bepalen welke dag en welke tijd van de dag voor verschillende activiteiten voorspoed brengt of tegenspoed.

Omdat er nog talrijke andere aspecten van de Tibetaanse astrologie bestaan, is dit enkel een inleiding in de meest overheersende en opmerkelijke kenmerken van het Kalachakra systeem. Er is momenteel al wat materiaal voor de studie van de Tibetaanse astrologie in de Westerse talen beschikbaar, maar de voornaamste plaats waar het bij de Tibetanen bestudeerd kan worden is het 'Tibetan Medical Center' te Dharamsala in India. De Tibetaanse astrologie werd oorspronkelijk in relatie tot de Tibetaanse geneeskunst bestudeerd, en daarom bieden de voornaamste studiecentra een combinatie van geneeskunst en astrologie. In de geneeskunst wordt astrologie gebruikt om de beste tijdstippen voor het uitvoeren van de verschillende medische behandelingen en procedures vast te stellen, waaronder moxa, waarbij op verschillende punten op het lichaam kruiden worden gebrand. De astrologie wordt ook gebruikt om verband te leggen tussen de beweging van de energieën en centra in het lichaam en de externe maancycli en dergelijke. Daarom maakt de Tibetaanse astrologie en astronomie een belangrijk deel uit van het Tibetaanse medische systeem.

Bovendien vormt astrologie een integraal deel van het meditatiesysteem van de Kalachakra of Tijdkring Tantra, waarin verscheidene meditaties worden gedaan die analoog zijn aan de wijze waarop het universum werkt. Op deze manier kan de beoefenaar deze energieën aanwenden en gebruiken om voor het welzijn van alle wezens verlicht te worden.

Transcript: Lucienne van den Ende
Vertaling: Hans van den Bogaert

21-23 februari
INTRODUCTION TO TIBETAN ASTRONOMY AND ASTROLOGY

Door: Dr. ALEX BERZIN
Voertaal: Engels

AFSCHEIDS SPEECH.

DEZE SPEECH WERD GEHOUDEN TER ERE VAN HET VERTREK VAN GESHE KONCHOG LHUNDUP ALS VASTE LERAAR VAN HET MAITREYA INSTITUUT DOOR PAULA DE WIJS-KOOLKIN DE VOORZITTER VAN HET CENTRUM.

Een paar weken geleden stond ik hier om Lama Zopa Rinpochee, het hoofd van dit centrum, te verwelkomen, en nu sta ik hier om afscheid te nemen van de Leraar die ons in de laatste zeven jaar les heeft gegeven en ons al die tijd heeft bijgestaan.

Ik hoef niemand te vertellen hoeveel Geshela voor dit centrum heeft gedaan. Dat weten jullie en daarom zijn jullie ook hier. Hij heeft lief en leed met ons gedeeld, is blij met ons geweest, wel eens boos op ons geweest, weleens trots op ons geweest. Hij bleef altijd, in alle opzichten, een ware spirituele vriend van ons allemaal en ik weet dat hij dat altijd zal blijven of hij nu hier of elders woont.

J.P. Kool

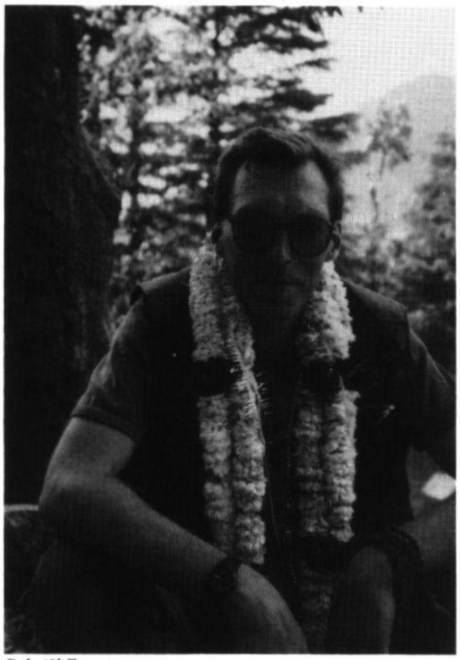
Geshe Konchog Lhundup

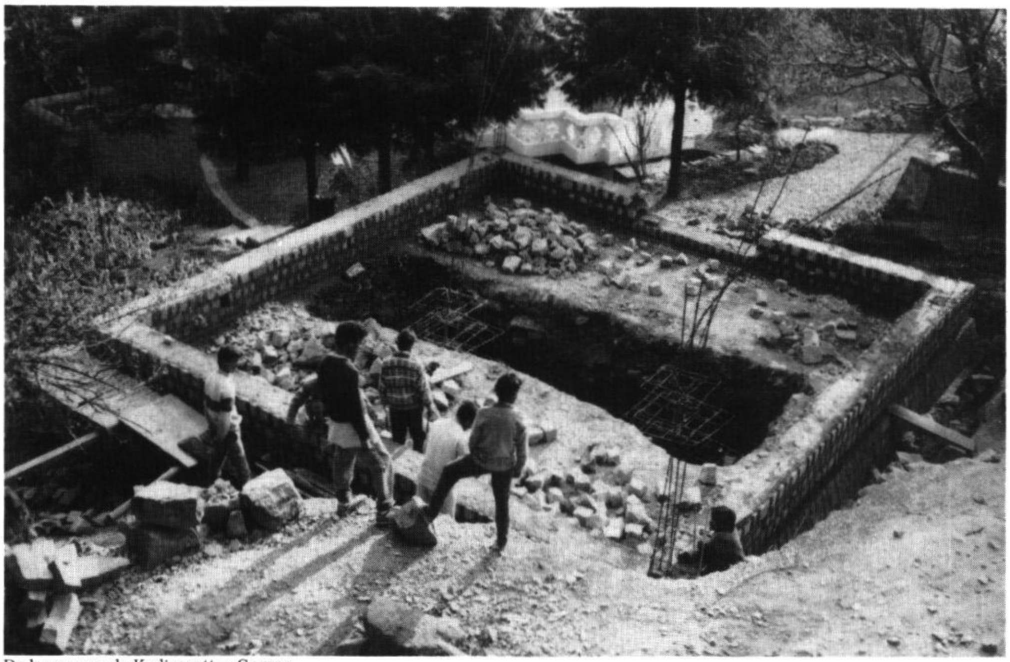
Ik zou namen kunnen noemen van mensen die hij heeft geholpen. Ik zou een opsomming kunnen maken van de lessen die hij in het Maitreya Instituut en in andere delen van het land heeft gegeven. Ik zou kunnen praten over hoe het instituut dankzij Geshela gegroeid is.
Het zou te lang duren en ik wil het kort houden want jullie zijn niet gekomen om naar mij te luisteren. Ik wil alleen benadrukken dat wij echt wel beseffen wat Geshela voor ons individueel en als centrum heeft betekend en wij zijn hem daarvoor zeer erkentelijk.
Hij heeft werkelijk baanbrekend werk gedaan in Nederland. Wij zijn blij dat hij nu een medelander is en in Nederland blijft.

Wij nemen dus afscheid van Geshela als vaste leraar van het Maitreya Instituut maar niet van hem als leraar en vriend. Wij hebben ook afgesproken dat, zelfs wanneer de nieuwe Geshe hier aangesteld is, Geshe Konchog Lhundup toch soms zal komen lesgeven.
Ook moeten wij even stil blijven staan bij het vertrek van iemand die bij ons lang en hard heeft gewerkt, Gelong Konchog Phuntsog onze eigen Jan Bijman. Van Bruchem naar Maasbommel, van Maasbommel naar Emst. Jan heeft heel wat meegemaakt en heel wat gemaakt in de afgelopen 8 - 9 jaar bij het Maitreya Instituut. Jullie begrijpen dat wij Jan bijzonder dankbaar zijn voor alles wat hij heeft bijgedragen en dat wij hem zeker zullen missen.

Wij beseffen dat voor Geshela, Jan en wijzelf als Maitreya Instituut een nieuw tijdperk aanbreekt. Met het komende stadscentrum in Zwolle en de komst van de nieuwe Geshe blijft het instituut volop in beweging. Geshela en Jan gaan eerst 3-4 maanden naar India en komen pas in de lente terug naar Nederland. Wij wensen hen dan ook al het goeds in de toekomst, op zowel werelds als geestelijk vlak.
Jan Bijman, het ga je goed. En Geshe Konchog Lhundup, van ons allemaal een welgemeend dank u wel.

EEN ERVARING

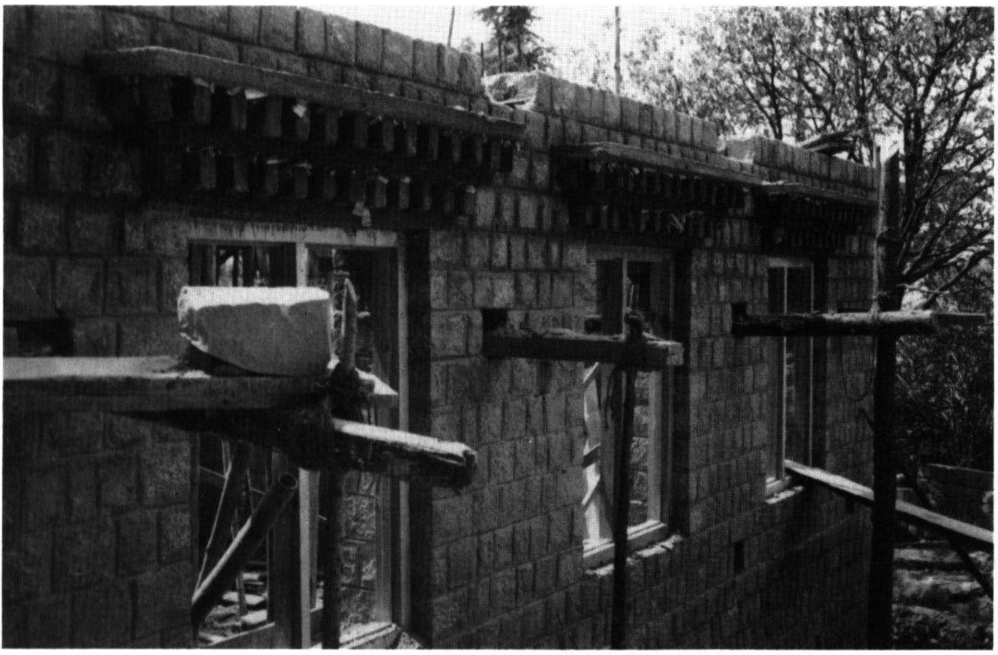

Gabriël Forrer


De bouw van de Kadjrasattva Gompa

Tushita is een retraitecentrum in Dharamsala, India. Twaalf uur met de bus vanuit Delhi, daarna nog een vermoeiende klim van 20 minuten, en dan sta je ineens oog in oog met een prachtige stoepa, gebouwd dankzij Lama Zopa ter ere van Geshe Rabten, die vlak naast Tushita vele jaren gemediteerd heeft. Dit is een bijzondere gezegende plek. Een bordje geeft aan dat rechtsaf het Choprahouse staat, de residentie van Z.H. Ling Rinpochee. Naar links een weg naar de stoepa van Z.H. Trijang Rinpochee. Tushita kijkt uit over de Kangra vallei, die voor zowel hindoes en boeddhisten vol heilige plaatsen is. Je hebt uitzicht op de residentie van Z.H. de Dalai Lama en in de wijde omgeving mediteren yogi's. Tushita werd door Lama Thubten Yeshe gekocht van een familie die in een rechtstreekse lijn afstamt van de Mahasiddha Tilopa en is opgezet als studie- en retraiteplaats voor alle serieuze beoefenaars. Iedereen die dit leest is dus welkom.

Al jaren ben ik regelmatig in Tushita om te werken en mediteren. Sinds mijn eerste ontmoeting met Lama Yeshe en na het volgen van de lessen van Lama Thubten Zopa Rinpochee, voelde ik sterk de behoefte om iets terug te doen. Ik zocht Lama Zopa op om hem te bedanken want mijn leven was veranderd. Op een gegeven moment peuterde hij, zoals alleen Lama Zopa dat kan, een plaatje van de muur, en gaf mij dat. Het was een afbeelding van de beroemde yogi Milarepa, maar dat was mij toen nog niet duidelijk.

Omdat ik praktisch ingesteld ben en overal in de wereld in mijn onderhoud voorzag met losse klussen in de bouw, ben ik gaan helpen met bouwprojekten op Kopan. Vanaf de zeventiger jaren werkte ik samen met Lama Pasang in Kopan en verder zelfstandig in Tushita. We bouwden faciliteiten voor het doen van retraites, knapten de woonruimten van de monniken op, installeerden een water-



pomp, we bouwden toiletten en een groot gebouw waarin nu onder andere de bibliotheek is gehuisvest. In Tushita wilde Lama Yeshe een huisje voor zichzelf, en hij wees naar een plek vol onkruid: "Okee Lama". Maar toen het onkruid gewied was keek ik uit op een steile helling vol rotsblokken. Met behulp van hamer en beitel is uiteindelijk een fundament gecreëerd, waarop een huisje gebouwd kon worden. Momenteel maakt Lama Zopa Rinpochee hier gebruik van.
Twee jaar geleden was ik er terug. Er waren meer kamers bijgebouwd, maar toch was het dezelfde plek zoals ik die gekend had. Het was mijn bedoeling drie maanden retraite te doen, maar toen Lama Zopa aan Anila Pemo vroeg om haar spiegel te raadplegen in verband met een geschikte kandidaat voor het bouwen van een Vadjrasattva Gompa floepte mijn beeltenis eruit!

Het bouwen in de bergen gaat allemaal met de hand en om samen te werken met Indiers moet je al je improvisatietalent en geduld aanspreken. Gelukkig lukt me dit aardig.

De laatste anderhalf jaar pendel ik weer tussen Nederland en India. Er is een nieuwe weg naar Tushita gemaakt. Mei jongstleden was de Vadjrasattva Gompa gereed en inmiddels hebben er twintig mensen drie maanden retraite in gedaan. De oude keuken is afgebrand, maar het hoofdgebouw kon behouden blijven. Nu staat er een "nieuwe" oude keuken, en de funderingen voor een compleet nieuwe keuken annex eetzaal zijn af. Boven de Gompa moet een studie- en leeszaal komen. Het Heruka Mandalahuisje wordt de kroon op het werk van dit complex. Lama Osel Rinpochee heeft recht op een eigen vertrekje en verschillende mensen hebben me gevraagd een huis voor individuele retraites te bouwen. Kortom: werken, werken, werken. Tushita leeft en er wordt voortdurend door veel mensen gebruik van gemaakt, die op deze bijzondere plek hun beoefening verdiepen. Voor anderen biedt het de gelegenheid kennis te maken met de Dharma. Er worden jaarlijks enkele Lam Rim cursussen gegeven onder leiding van inspirerende Lama's zoals Kirti Tsenshab Rinpochee. Voorlopig is het voor mij een plek waar ik werken mag en dienstbaar mag zijn voor de Dharma, voor mijn Leraar, voor het uiteindelijke geluk van alle wezens. Ik ben een dankbaar mens.

Alle verbouwingen zijn afhankelijk van donaties. Als u zich geïnspireerd voelt om hieraan bij te dragen kunt u wat overmaken naar het gironummer van het Maitreya Instituut, o.v.v. "Donatie Tushita Retreat Center".

Door: Gabriël Forrer

DE ACHT VOORSPOED BRENGENDE SYMBOLEN

ANDY WEBER STUDIOS

Volgens de legenden stellen de acht symbolen offergaven voor die de Boeddha na zijn verlichting onder de Bodhiboom van de goden ontving. In de Tibetaans boeddhistische traditie spelen zij een belangrijke rol vanwege de voorspoed brengende invloed die er van uitgaat en ze worden dan ook overvloedig gebruikt als decoratie op de muren van kloosters en huizen.

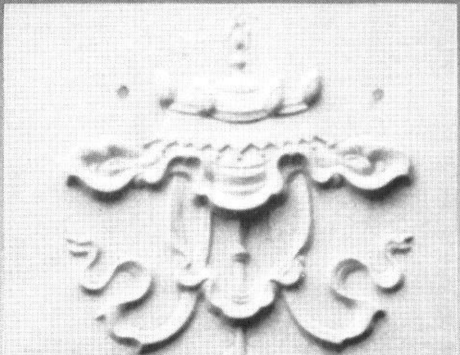
Het oorspronkelijke idee voor de creatie van plakkaten met de voorspoed brengende symbolen werd geboren toen ik een video zag over het Potala paleis van de Dalai Lama waarop duidelijk was te zien hoe deze symbolen als decoratie op de muren van de dakkamers zijn aangebracht. Ik was mij al langere tijd bewust van het spirituele belang van deze symbolen en vond het daarom een uitdaging om ze zelf te vervaardigen. Dankzij de medewerking van het Maitreya Instituut werd het mogelijk over te gaan tot de creatie van de eerste serie. Daartoe werkten de artiest Daniel Quail King en ik meer dan een jaar samen en investeerden we veel werk en geld in de fabricage.

Niet alleen Dharmacentra kopen sets van deze symbolen, ook mensen die deze voorspoed brengende symbolen als decoratie met een positieve uitstraling een plaats willen geven in of op hun huis of in de tuin.

Voor dit doel zijn twee versies van de plakkaten beschikbaar: wit gips voor binnenshuis voor een verkoopprijs van f 175,- afmeting: 60 x 60 cm.
en cement voor buiten voor f 225,-
afmeting: 60 x 60 cm.

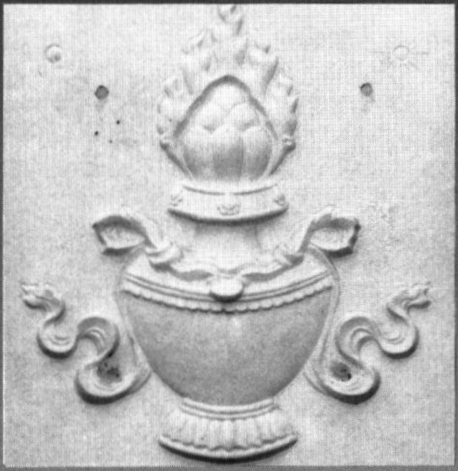
Wilt u meer informatie over deze decoratieve plakkaten, belt u dan op kantoortijden (behalve op maandag).

Van de eeuwigheidsknoop wordt gezegd dat die het beginloze bestaan voorstelt; het niet te scheiden verband tussen wijsheid en mededogende methode in de verlichting van het boeddhaschap en de grenzeloze liefde en harmonie in het volkomen ontwaken. Dit symbool wordt ook het "geluksdiagram" genoemd.

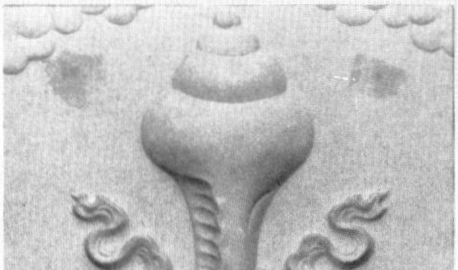


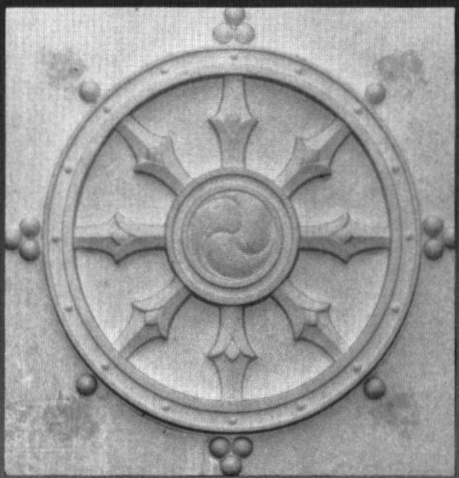
De parasol is een teken van koningschap en verbeeldt de bescherming tegen schadelijke invloeden, die Boeddha alle wezens biedt.

De schatvaas schenkt een eindeloze regen van lang leven, gezondheid en welvaart aan alle wezens die de Dharma op zuivere wijze volgen.

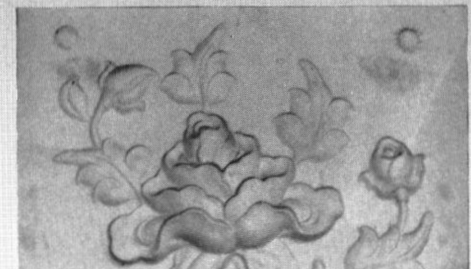


Op de witte schelp wordt geblazen om de hele wereld attent te maken op de verlichting van de Boeddha. Hij symboliseert de capaciteit van alle wezens om in antwoord op de roep van de Dharma te ontwaken uit de slaap van onwetendheid.





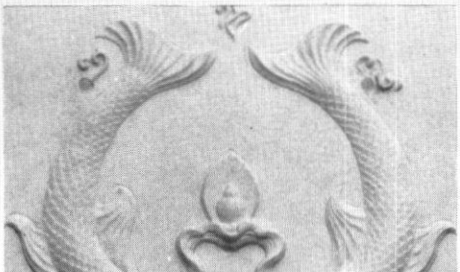
Het (achtspakige) Dharma-wiel symboliseert het boeddhistische achtvoudige pad: de juiste zienswijze, het juiste denken, de juiste spraak, de juiste actie, het juiste levensonderhoud, de juiste inspanning, de juiste herinnering en de juiste concentratie. Het wiel stelt ook de voortdurende verspreiding van de Dharma voor omdat het, al draaiende, het boeddha-potentieel van alle wezens activeert.



De lotusbloem stelt spirituele zuiverheid voor en symboliseert de smetteloze activiteiten van lichaam, spraak en geest die naar geluk en verlichting leiden.

Het overwinningsvaandel is in het centrum van het universum op de top van de berg Meroe geplaatst om de overwinning van de Dharma over de krachten van onwetendheid te verkondigen.

De vissen beelden de spirituele bevrijding van het cyclische bestaan uit. Een vis wordt tijdens zijn gang door diep water niet gehinderd door de turbulentie aan de oppervlakte. Zo volgt een spirituele aspirant zijn/haar weg zonder te worden gehinderd door de voor- en tegenspoed van het leven.



TIBETNIEUWS

INFORMATIESTROOM UIT TIBET

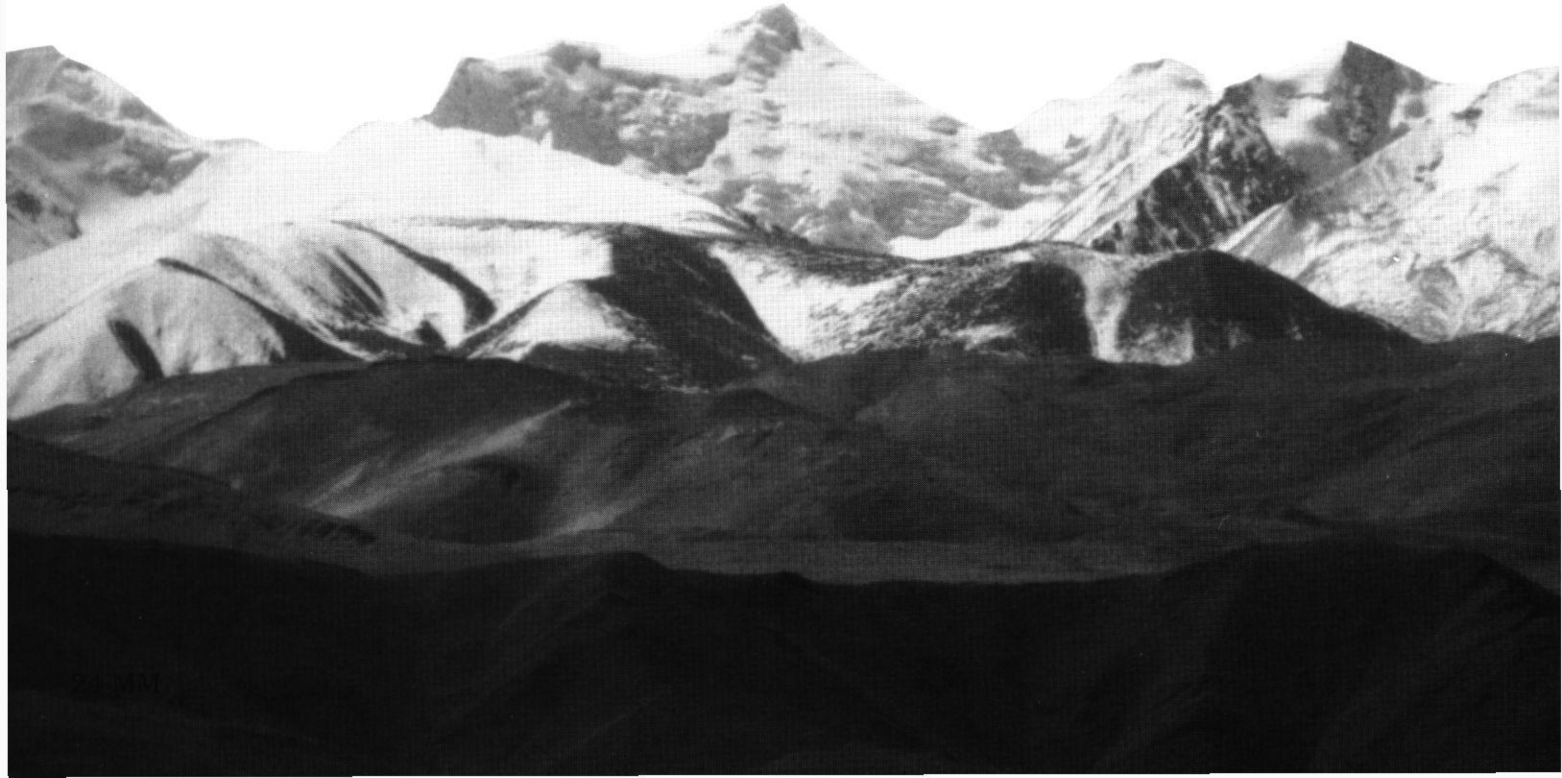
Het blijft moeilijk om vrij in Tibet te reizen en met mensen te praten, ook, of misschien vooral, als je de taal niet spreekt. Ook journalisten zijn van de kant van de Chinese overheid niet welkom. Er is dus weinig informatie die wel de buitenwereld bereikt en op dit ogenblik zijn er 3 hoofdbronnen van informatie: de officiële Chinese publicaties, zoals radio-uitzendingen en persberichten, informatie van reizigers (ook van degenen die in groepsverband hebben gereisd) en informatie van Tibetbezoekers op hoog niveau, zoals (Euro)parlementariërs. Door de strenge controle is de stroom van vluchtelingen uit Tibet gering, er komt dus via dit kanaal weinig informatie over de huidige stand van zaken naar buiten. Het volgende is een kort overzicht van wat ons de laatste tijd wel bereikt heeft.

CHINESE BRONNEN:

De informatie die uit Chinese bronnen komt lijkt soms op het Chinese schrift - men moet alles op een heel andere manier bekijken. De Chinese autoriteiten willen ons bijvoorbeeld doen geloven dat er maar een handjevol Tibetanen is dat zich vrij wil maken van de Chinese overheersing. Maar als ze deze zin elke keer dat er een demonstratie is herhalen, (en er waren er in Lhasa alleen al minstens twintig sinds mei jl.), spreken zij zichzelf tegen. Het wordt duidelijk dat we niet met een "handjevol" te maken hebben. Als ze zeggen dat, na onlusten veroorzaakt door een handjevol leden van afscheidingsbewegingen de situatie in Chamdo weer volledig onder controle is, weten we dat er onrust in Chamdo was door mensen die voor de onafhankelijkheid van Tibet demonstreerden. Omdat zo'n bericht op de radio komt, is het ook duidelijk dat het een serieus probleem was, anders zou men de (Chinese) bevolking niet op deze manier geruststellen.

TIBETREIZIGERS:

Het is soms mogelijk voor individuele reizigers in Tibet te reizen, maar dit is meer een kwestie van geluk dan van officieel beleid. Informatie van reizigers bevestigt de berichten over het enorme aantal politiemannen en soldaten in de grote steden, de aanwezigheid van vele soldaten in en om de kloosters, de angst van de bevolking om met westerlingen te spreken en de moed die zowel geestelijken als leken tonen als ze laten blijken dat zij vrij willen zijn en dat zij Z.H. de Dalai Lama steunen. Voor Tibetreizigers is het belangrijker om goed om je heen te kijken in plaats van "belangrijke" of "geheime" inlichtingen te verzamelen. Vaak is eenvoudige informatie, zoals wat er te koop is, het aantal Chinese handelaren, e.d. van groot belang om veranderingen in de situatie in Tibet te begrijpen.



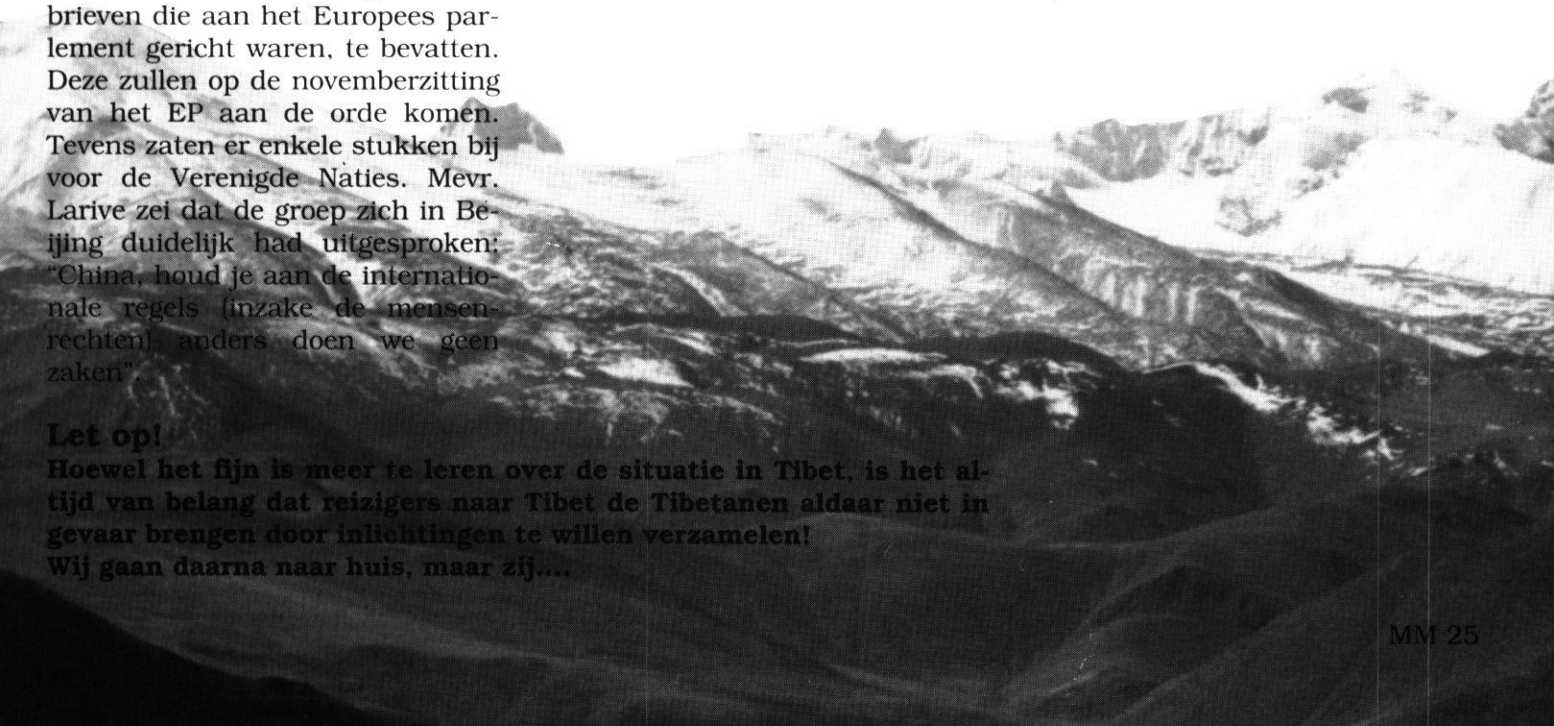
REIZIGERS OP HOOG NIVEAU:

Na de reizen van hun Amerikaanse en Australische collega's heeft een bezoek van Leden van het Euro Parlement (LEP's) aan Tibet en China plaatsgevonden. De berichten die tot nu toe gepubliceerd zijn liegen er niet om: "25 bewakers voor onze groep van 20", en "Gefluisterde boodschappen van bange Tibetaanse monniken en trieste mededelingen op piepkleine stukjes papier waren de enige contacten die wij konden krijgen met de Tibetaanse tegenstanders van de Chinese overheersing. Maar we hebben genoeg gezien en gehoord om te kunnen concluderen dat er nog steeds een diepe weerzin bestaat tegen deze Chinese overheersing" aldus mevr. C. Jackson, LEP voor Engeland. Mevr. Jessica Larive, LEP voor Nederland, zei dat zij op verschillende manieren, op doorzichtige wijze belet werd in het leggen van "ongewenste" contacten met Tibetanen en dat haar koffers vier keer onderzocht werden. Toch is het haar gelukt een 16 pagina's tellend in het Tibetaans geschreven stuk naar buiten te smokkelen. Toen dit vertaald werd bleek het o.a. een rapport te zijn over martelingen, verdwijningen, onlusten en onderdrukking, en twee brieven die aan het Europees parlement gericht waren, te bevatten. Deze zullen op de novemberzitting van het EP aan de orde komen. Tevens zaten er enkele stukken bij voor de Verenigde Naties. Mevr. Larive zei dat de groep zich in Beijing duidelijk had uitgesproken: "China, houd je aan de internationale regels (inzake de mensenrechten) anders doen we geen zaken".

Z.H. DE DALAI LAMA WIL OP BEZOEK IN TIBET

Enkele weken geleden heeft Z.H. de Dalai Lama zijn concessie aan de Volksrepubliek China (VRC) die hij in 1989 in Strassbourg deed en waarin hij zich bereid had verklaard werkelijke autonomie en geen onafhankelijkheid voor Tibet te kunnen aanvaarden, ingetrokken. De reden voor het intrekken van dit voorstel was dat de VRC er niet op had gereageerd. In wat misschien kan worden gezien als een volgende poging om de VRC naar de onderhandelingstafel te bewegen, heeft de Dalai Lama nu de wens geuit dat hij zo spoedig mogelijk naar Tibet zou willen reizen in gezelschap van hoge Chinese leiders. Hij wil hen laten zien wat er van Tibet geworden is en hen met eigen ogen de situatie aldaar laten aanschouwen. Ook wil hij graag van het volk horen wat zij in de toekomst willen zien gebeuren en hen vragen welke politieke status zij prefereren. Ook maakt hij zich zorgen over het gebruik van geweld in Tibet. Door zijn persoonlijk invloed heeft hij het gebruik van geweld in het verleden kunnen beperken, maar hij zegt eraan te twijfelen of het hem in de toekomst nog zal lukken, indien er geen vooruitzichten op veranderingen zijn. De enige eisen die hij aan de Chinese regering omtrent een eventueel bezoek aan Tibet stelt, zijn die van vrijheid - hij wil dat de internationale pers mee mag reizen alsook enkele van zijn vrienden. Hij vindt dat het hem toegestaan moet worden, dat hij overal mag komen en met Tibetanen mag praten zonder dat deze hierdoor in gevaar komen. Tot nu toe is de enige reactie van Chinese zijde een uitspraak dat de Dalai Lama welkom is in Tibet als hij het nooit meer over onafhankelijkheid heeft. Vroeger had de VRC nog een eis, namelijk dat de Dalai Lama dan ook in Beijing zou komen wonen, maar deze laatste hebben zij gelukkig laten vallen. Het lijkt alsof er veel internationale druk nodig zal zijn om de VRC te bewegen ook hun laatste eis te verzachten.

Door: Paula de Wijs-Koolkin.



Let op!

Hoewel het fijn is meer te leren over de situatie in Tibet, is het altijd van belang dat reizigers naar Tibet de Tibetanen aldaar niet in gevaar brengen door inlichtingen te willen verzamelen!
Wij gaan daarna naar huis, maar zij....

DE KINDERPAGINA

Inleiding...

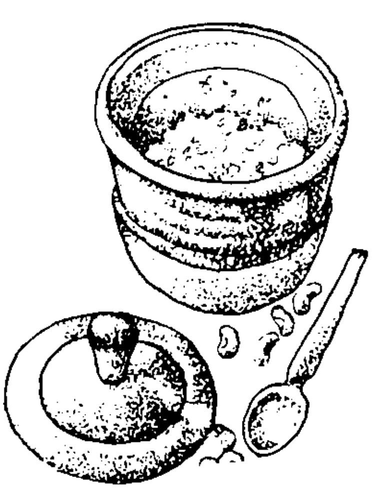
Welkom bij deze nieuwe Kinderpagina. Zoals gewoonlijk zijn lees een beest, de Maitreya keuken en andere vaste onderwerpen weer van de partij. We hebben er nu twee nieuwe rubrieken bij, namelijk de Kwartaalspreuk en de Ontdekkingsreis. Afijn, je ziet het zelf wel. De schrijvers die inmiddels weer overspannen achter een kop thee zitten, wensen jullie veel leesplezier

Jeroen Hagendoorn en Living Tjoa

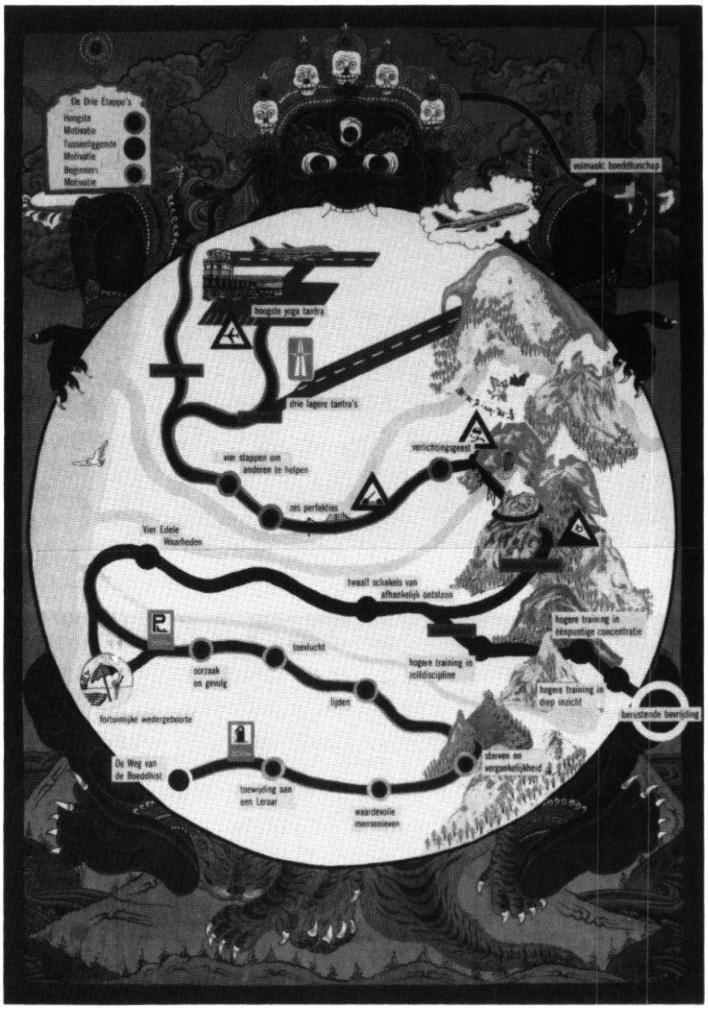
DE KWARTAALSPREUK...
Iedere keer kun je hierin een bekende of mooie uitspraak lezen van een belangrijke Tibetaanse persoon of van een Boeddha, vertaald in het Nederlands. Deze keer brengen we een uitspraak van de Zevende Dalai Lama van Tibet:

> *"Begin nu meteen,*
> *beoefen zuiver vanuit je hart,*
> *en neem de essentie van het leven".*

LEES EEN BEEST...
De vorige keer hadden we het over de 'mascotte' van Tibet, de Yak. Deze keer is het een soort wasbeer. Dit diertje, dat met de halve meter staart meegerekend zo'n 110 cm lang is, komt voor in het hooggebergte van de Himalaya, van Nepal tot in het noorden van Burma en het zuidwesten van China (Tibet dus).
Daar houdt hij zich, net als de gewone panda, op in de moeilijk begaanbare bamboe-bossen. Hij heeft daar behalve de sneeuwpanter weinig vijanden. Zijn voedsel bestaat uit bamboescheuten, zoet fruit, gras, wortels, insecten en vogeleieren. In zijn eigen territorium heeft hij een vaste plaats om te rusten en te slapen. Meestal bestaat die uit een holte in een boom of rots. Hierin werpt het vrouwtje één tot vier jongen, die vijfenveertig dagen later hun moeder al weer verlaten.



DE MAITREYA KEUKEN...
Deze keer gaan we het over tsampa hebben. Tsampa is in Tibet het voornaamste voedsel en wordt gegeten zoals wij brood eten. Tsampa is eigenlijk meel van geroosterde gerst. De gerst wordt hiervoor gewassen en gedroogd. Dan wordt het licht geroosterd, waarna het wordt geschud en het omhulsel wordt weggehaald. De beste tsampa komt van gerst die reeds voor het roosteren van het omhulsel is ontdaan. Daarna wordt het bewerkt met een stamper tot het heel mooi wit is. Dan is het heerlijk. In sommige streken van Tibet wordt tsampa van haver of erwten gemaakt. Het wordt bijna altijd geserveerd met boterthee (zie de Kinderpagina in het vorige Maitreya Magazine). Volgens ons is de gewone tsampa niet echt erg smakelijk.



TIBET EN BOEDDHISME TE BOEK...

Als je een goed boek wilt lezen dat over Tibet en het boeddhisme gaat, is het boek TULKU zeer aan-bevelenswaardig. Het begint allemaal in China, waar een jongen van dertien jaar tijdens de boxeropstand zijn ouders verliest. Hij wordt opgevangen door een zekere Mrs. Jones. Zij gaat met enkele bedienden naar Tibet om bijzondere planten te zoeken. Als het gezelschap Lama Amchi tegenkomt - en dat is lang niet per ongeluk - die op zoek is naar de reïncarnatie van een lang verwachte heilige, neemt het verhaal een heel andere wending. Het begin is een beetje saai, maar eenmaal wat verder is het verhaal heel spannend en schitterend geschreven. Het boek is in de winkel van het Maitreya Instituut verkrijgbaar.

DE ONTDEKKINGSREIS...

In deze nieuwe rubriek behandelen we iedere keer in het kort een onderwerp uit de Lam Rim (de tekst over het pad naar de verlichting). We beginnen onderaan de mentale ladder. De eerste trede op deze ladder is de juiste toewijding aan een Spirituele Leraar. Dit is een hele belangrijke stap want als we deze goed zetten zullen we er in de rest van onze reis veel voordeel van hebben. Volgens de Boeddha hebben we al vele levens geleefd waarin we fijne, minder fijne en zelfs pijnlijke gebeurtenissen hebben meegemaakt. Al die fijne en minder fijne gebeurtenissen veroorzaken we zelf door goede en schadelijke dingen te doen want alles wat we doen, denken of zeggen heeft een gevolg. Als we mooie en goede dingen doen zullen we in de toekomst ook mooie en goede dingen ervaren.

Om te weten wat goed is en om te weten wat schadelijk is voor ons eigen geluk en voor het geluk van anderen hebben we iemand nodig die ons dat haarfijn kan uitleggen. Deze persoon moet het niet alleen kunnen uitleggen, maar moet een levend voorbeeld zijn, zodat wij precies kunnen zien hoe wij worden als we zijn adviezen opvolgen. De Leraar is als het ware een helper van de Boeddha en is alleen maar geïnteresseerd in ons geluk. Hij zal ons helpen het goede te doen en zal ons helpen het schadelijke te stoppen. Hij is als je beste vriend die het beste met je voor heeft. Met zo'n bijzondere vriend kun je veilig de grote ontdekkingsreis maken waarin je, naarmate de reis vordert, steeds een stukje gelukkiger wordt en steeds meer voor anderen kunt doen. Met zo'n vriend moet je niet sollen. Op deze vriendschap moet je zuinig zijn. Daarom wordt er in de Lam Rim geadviseerd om eerlijk en oprecht met de Leraar om te gaan en hem te benaderen als je beste vriend, behulpzaam en met respect. Want zeg nou zelf, een vriend die alleen geïnteresseerd is in het geluk van een ander is toch heel erg bijzonder.

FPMT VERTALERS CURSUS

Marpa de Vertaler

Een Tibetaanse leraar is zo goed als zijn vertaler is.

EEN TIBETAANSE LERAAR IS ZO GOED ALS ZIJN VERTALER IS. HOEWEL HIJ NA TWINTIG TOT DERTIG JAAR VAN INTENSIEVE STUDIE EN BEOEFENING EEN GEKWALIFICEERDE DHARMA LERAAR IS, ONTBREEKT IN VEEL FPMT CENTRA EEN GOEDE VERTALING VAN HET ONDERRICHT UIT HET TIBETAANS IN DE MOEDERTAAL.

Daar dit een wereldwijd probleem is, is het een lang gekoesterde wens van onze spirituele leider Lama Thubten Zopa Rinpochee, een school voor vertalers op te zetten. Om verschillende redenen is dit tot op heden nooit gerealiseerd.
Tijdens een vorig jaar gehouden vergadering van Europese centrumdirecteuren kwam Mercedes Perez-Albert, co-directrice van Nagarjuna/Barcelona, met ideeën voor een eenmalige intensieve trainingscursus van één tot anderhalf jaar, die zo spoedig mogelijk ergens in Europa gehouden zou moeten worden. Mij werd gevraagd de ideeën verder uit te werken en te realiseren. Op de CPMT vergadering in Australië presenteerde ik deze ideeën die veel steun ondervonden. Intussen leverde het Central Office de benodigde informatie en werd contact gelegd met professor Elizabeth Napper van de Stanford University in Californië.

We zijn inmiddels zover dat we de vertalerscursus kunnen aankondigen. Het eerste deel van de cursus zal een intensieve drie maanden durende cursus zijn die in "retraitestijl" zal worden geleid door de beste beschikbare leraren, die hun graad bij professor Jeffrey Hopkins aan de Universiteit van Virginia hebben behaald. Dit deel van de cursus staat open voor iedereen die vloeiend Engels spreekt. De nadruk zal liggen op het leren van de spreektaal alsook klassiek Tibetaans, waarbij een nieuw Tibetaans tekstboek en standaard Lam Rim commentaren zullen worden gebruikt om te wennen aan woordgebruik en schrijfstijl. We zullen ook de Tibetaanse debat-methode introduceren, waarbij Lo-rig materiaal zal worden aangewend over de verschillende soorten bewustzijn, omdat het debatteren een snelle manier is Tibetaans te leren verstaan en spreken en tegelijk bekend te raken met een basis-woordenschat.

Tijdens de cursus, die vijf volle dagen per week zal duren, zullen geleide meditaties worden gegeven om de wijsheid van de studenten te bevorderen. Bovendien zal worden gestreefd de studenten tijdens de cursus onderling alleen Tibetaans te laten spreken, ook tijdens de pauzes.

Gedurende het tweede deel van de cursus, dat twaalf maanden zal duren, zullen de deelnemers verder worden getraind door Tibetaanse leraren en beginnen te vertalen voor Tibetaanse Geshe's, die hiertoe zullen worden uitgenodigd. Het is goed mogelijk dat de locatie van de cursus gedurende de gehele periode van vijftien maanden een of tweemaal zal verhuizen naar een ander Zuid Europees land.

Het eerste deel, drie maanden intensief, begint in principe op 1 september 1992 in Spanje of in Griekenland en is voor iedereen toegankelijk.

Het tweede deel van de cursus is speciaal bedoeld voor en gericht op het kweken van toekomstige Dharma-vertalers, die zich op basis van deze cursus in een FPMT centrum met een vaste Geshe verder kunnen ontwikkelen tot uitstekende vertalers.

Indien u belangstelling heeft om aan deze cursus deel te nemen, kunt u zich voor meer informatie uitsluitend schriftelijk wenden tot ondergetekende. U ontvangt dan rond eind januari 1992 gedetailleerde informatie.

Jan-Paul Kool
FPMT Tibetan Language Course
Laarstraat 27
8166 GR EMST.

OVERZICHT VAN DE GEBEDSDIENSTEN EN VAN DE BIJZONDERE FEEST- EN GEBEDS-DAGEN

VAN DECEMBER T/M MAART 1992

OVERZICHT VAN DE GEBEDSDIESTEN

December

do. 5 Offerande aan de Dharma Beschermers
za. 14 Wassende maan Tara Offerande
ma. 16 Offerande aan de Spirituele Meesters
za. 21 Volle maan Tara Offerande
za. 30 Offerande aan de Spirituele Meesters

Januari

za. 4 Offerande aan de Dharma Beschermers
ma. 13 Wassende maan Tara Offerande
wo. 15 Offerande aan de Spirituele Meesters
zo. 19 Volle maan Tara Offerande
wo. 29 Offerande aan de Spirituele Meesters

Februari

ma. 3 Offerande aan de Dharma Beschermers
di. 11 Wassende maan Tara Offerande
do. 13 Offerande aan de Spirituele Meesters
di. 18 Volle maan Tara Offerande
do. 27 Offerande aan de Spirituele Meesters

Maart

wo. 3 Offerande aan de Dharma Beschermers
vr. 12 Wassende maan Tara Offerande
zo. 14 Offerande aan de Spirituele Meesters
vr. 18 Volle maan Tara Offerande
zo. 28 Offerande aan de Spirituele Meesters

BIJZONDERE FEEST EN GEBEDSDAGEN

5 maart

Tibetaans Nieuwjaar (LO.SAR)

10 maart

Herdenking van de Tibetaanse opstand tegen de Chinese bezetters

DONATIES EN KORTINGEN 1992.

GESHE ACTIE DONATEUR 1992

Met het vertrek van de eerwaarde Geshe Konchog Lhundup, na ruim zeven jaar als de vaste Leraar van het Maitreya Instituut, komt er geen eind aan de Geshe Actie.
De nieuwe Leraar, Geshe Sonam Gyaltsen, wacht slechts op het afronden van de nodige formaliteiten om zijn intrek te kunnen doen in Emst.
De kosten voor vertaler/verzorger Tenzin Lama en zijn gezin gaan ook gewoon door en de trouwe lezer zal het niet zijn ontgaan dat ondanks de enorme steun die de Geshe Actie donateurs aan het Maitreya Instituut geven, er elk jaar grote tekorten zijn.
Aangezien het nog wel een half jaar kan duren voor Geshe Sonam Gyaltsen les zal geven, krijgen de donateurs van de **Geshe Actie in 1992 20% korting op alle cursussen in het Maitreya Instituut,** dus niet alleen op de cursus gegeven door de Geshe zoals tot dusverre gebruikelijk was.
We hopen dan ook van harte dat vele nieuwe donateurs van de voordelen van het donateurschap gebruik zullen maken door zich met de bijgesloten machtigingskaart aan te melden als nieuwe Geshe Actie Donateur voor minimaal f 10,- per maand, of hun bestaande bijdrage willen verhogen. Alleen automatische maandelijkse overboekingen op onze bank of girorekening (zie betaling achterin dit blad) kunnen gemakkelijk administratief worden verwerkt. **Vermeldt: Geshe Actie.**
Een verslag van de resultaten van de Geshe Actie 1991 kunt u aantreffen in of bij het Maitreya Magazine van maart 1992,
Vast hartelijk bedankt voor uw trouwe steun.

VRIJWILLIGERS

Binnen het Maitreya Instituut zijn legio mogelijkheden om hulp te bieden bij alle noodzakelijke werkzaamheden. Het Instituut dankt zijn bestaan aan de belangeloze inzet van haar medewerkers. Heeft u tijd en talent schrijf dan eens een brief aan de vrijwilligers-coördinator van het Maitreya Instituut met uw wensen en mogelijkheden en geef een korte beschrijving van uzelf en sinds wanneer u zich met het boeddhisme bezighoudt.

DONATEURS

Wij zijn ook heel erg blij met de verschillende donateurs die helpen met regelmatige financiële injekties of met het aankopen van benodigde spullen. Natuurlijk is iedereen die daartoe in de gelegenheid is van harte welkom om mee te doen met een financiële bijdrage die het Maitreya Instituut helpt voort te gaan op de weg die in haar doelstelling is verwoord. Daarnaast staat dat het doel bereikt wordt door het uitgeven van boeken, tijdschriften, het aantrekken van Leerkrachten die bevoegd zijn het boeddhisme en of andere met Tibet verwante onderwerpen te onderrichten, zoals kunst, metafysica, taal, dans en muziek, astrologie, en geneeskunde. Het oprichten van centra, scholen, bibliotheken en studiegroepen. Het organiseren van bijeenkomsten, cursussen en studiereizen. Het ondersteunen van Leraren en leerlingen met betrekking tot het 2e genoemde punt. Boeken over het boeddhisme of daarmee in verband staande onderwerpen beschikbaar stellen en/of verkopen. Alle wettige en deugdelijke middelen. De stichting beoogt niet het maken van winst. De inkomsten van de stichting bestaan uit: contributies, giften of bijdragen van donateurs; cursusgelden, schenkingen, erfstellingen en legaten; inkomsten uit verkoop van boeken en het Maitreya Magazine. **Donaties waar geen korting tegenover staat zijn vanaf 1990 aftrekbaar van de inkomstenbelasting.** Voorwaarde is dan dat het totaal aan donaties aan instellingen als het Maitreya Instituut (of bijv. het Rode Kruis ect.) minimaal 1% en maximaal 10% van uw bruto inkomen bedraagt.

MAITREYA
MAGAZINE

F 25,-of F 37,50
MAITREYA MAGAZINE ABONNEE 1992

Vanaf 1990 worden deelnemers aan cursussen in het Maitreya instituut geacht abonnee van het Maitreya Magazine te zijn à f 25,- per jaar. Als u voor 15 februari 1992 bijgesloten acceptgiro voldoet bent u abonnee 1992 (Benelux). Een abonnement voor andere Europese landen is f 35,- en voor de rest van de wereld f 50,- per jaar. U kunt het bedrag op de acceptgiro eventueel veranderen. Een abonnement op het Maitreya Magazine geeft toegang tot deelname aan de cursussen in het instituut. Vanaf 1 januari 1991 is het mogelijk dat alle gezinsleden cursussen volgen op basis van een gezinsabonnement op het Maitreya Magazine à f 37,50 per jaar.

F 100,- MAITREYA MAGAZINE ABONNEE & FPMT-LID 1992

Er is ook een mogelijkheid om uw betrokkenheid bij het Maitreya Instituut te laten blijken door f 100,- Abonnee & FPMT-Lid te worden voor dit bedrag. U krijgt dan 4x per jaar het Maitreya Magazine en eventuele nieuwsbrieven en 2x het Engelstalige blad Mandala en vier Engelstalige nieuwsbrieven per jaar. U kunt gebruik maken van de bijgesloten acceptgirokaart door het bedrag te veranderen in f 100,- voor de Benelux, f 110,- voor Europa en f 125,- voor de rest van de wereld. (Voor een gezinsabonnement wordt het bedrag f 12,50 hoger).
Vermeldt: MM+FPMT.

F 300,- KORTING-DONATEUR & FPMT-LID 1992

Een goede manier om het Maitreya Instituut te steunen waarbij u tevens het grootste voordeel heeft is om f 300,-KORTING-DONATEUR 1992 te worden voor f 25,- per maand. Hiervoor worden alleen automatische overboekingen geaccepteerd op onze postbankrekeningnr.4651510 t.n.v. Maitreya Instituut te Emst. U kunt gebruik maken van de bijgesloten machtigingskaart. U krijgt 2x per jaar het Engelstalige blad Mandala en 4x per jaar Mandala nieuwsbrieven. Verder krijgt u **20% korting** op boeken, kaarten, posters en wierook in onze winkel (ook voor telefonische bestellingen) en **10% korting** op alle cursussen in het Maitreya Instituut. En u bent automatisch internationaal FPMT-Lid, hetgeen steeds meer voordeel oplevert bij bezoeken aan een van de ongeveer 70 aangesloten centra in de hele wereld.
Let op ! Hierbij is geen abonnement op het Maitreya Magazine inbegrepen.

LEENFONDS

Een andere vorm van donatie voor het werk van het Maitreya Instituut is het leenfonds. Daarin kunnen bedragen vanaf f 2500,- gestort worden, die gegarandeerd binnen vijf dagen na het ontvangen van de opdracht retour gestort worden op bank of girorekening van degene die het geld aan de stichting heeft geleend. Deelnemers aan dit leenfonds, waarbij geen rente wordt uitgekeerd aan de leningverstrekker, hebben het voordeel dat er dus ook geen belasting wordt betaald over de rente die anders over dit geld zou worden ontvangen. Het Maitreya Instituut laat deze gelden op een aparte rekening van de N.M.B. bank staan en maakt om alle risico's te vermijden op geen enkele manier gebruik van het geld anders dan het ontvangen van rente. En aangezien deze rente voor de stichting niet wordt belast onstaat op deze manier een aantrekkelijke vorm van inkomen.
Deelnemers aan dit leenfonds kunnen bedragen vanaf f 2500,- storten op de N.M.B. kapitaalmarkt rekeningnr. 68.15.69.506 t.n.v Stichting Maitreya Instituut te Emst. Schrijf dan ook even een briefje aan onze administratie.

LANG LEVEN POEDJA'S

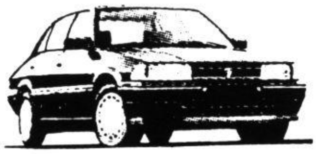
Elk jaar doet het Maitreya Instituut mee aan gebedsdiensten voor het lange leven van Z.H. de Dalai Lama, Lama Zopa Rinpochee en Lama Tenzin Osel Rinpochee, die de bron vormen van de FPMT, teneinde onze toekomstige connectie met onze Spirituele Leraren te waarborgen. Het afgelopen jaar bood de FPMT een lang leven poedja aan aan Z.H. de Dalai Lama te Varanasi. Aan Lama Zopa Rinpochee en aan Lama Osel Rinpochee werd deze poedja in juni te Melbourne aangeboden. We willen iedereen die hieraan heeft bijgedragen bedanken en stellen u in de gelegenheid voor dit doel voor 1992 te doneren op onze bank of postgirorekening **met de vermelding van: L.L.P. (Z.H.de Dalai Lama, L.Z.R en/of L.O.R).**

NONNEN EN MONNIKEN FONDS

U kunt ook specifieke donaties geven aan het Nonnen- en Monnikenfonds van de FPMT, waaraan het Maitreya Instituut jaarlijks minimaal $ 240,- overboekt. Uit dit fonds worden westerse nonnen en monniken ondersteund, die aangesloten zijn bij de FPMT. **Vermeldt bij uw eventuele donaties voor dit doel: Sangha Fonds.**

CURSUSINFORMATIE

Per bus no: 124 is het centrum in Emst te bereiken via NS station Apeldoorn of Zwolle, als u uitstapt halte: Laarstraat. Daar is een restaurant 'De Oude Aanleg' waar u bij slecht weer kunt schuilen en iets drinken. Bij alle cursussen die om 20.00 uur beginnen halen we de cursisten af tussen 19.00 en 19.30 uur bij het restaurant. U kunt zelf ook lopend het centrum bereiken door de Laarstraat af te lopen tot u aan uw linkerhand het Maitreya Instituut tegenkomt. Elke cursist wordt verzocht pantoffels mee te nemen en zich na aankomst te melden bij de receptie. Twee lakens en een sloop zijn te huur voor *f* 5,-- per keer of zelf mee te nemen. **Cursusgelden dienen uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een cursus te zijn betaald.** Het is belangrijk u zo vroeg mogelijk aan te melden. De curussen worden tegen kostprijs aangeboden. Indien uw financiële situtatie dit noodzakelijk maakt kunt u vooraf verzoeken om korting.



Per auto bereikt u ons centrum, dat ligt aan de Heemhoeveweg 2 of Laarstraat 27 te Emst:
Vanuit Utrecht: Neem de snelweg naar Zwolle. Afslag Epe. Bij Epe zijn stoplichten. Daar rechtsaf naar Emst. Na een paar honderd meter rechtsaf, de Laarstraat in, voor het restaurant 'De Oude Aanleg'. Laarstraat volgen tot verharde weg overgaat in zandpad. Zandpad volgen, links inrit Maitreya Instituut.
Vanuit Apeldoorn: Neem de snelweg naar Zwolle, afslag Epe, bij stoplicht naar Emst etc. zie hierboven.
Parkeren bij de hoofdingang voor cursisten aan de Heemhoeveweg. Doorgaande paden vrijhouden is brandweervoorschrift.

LOCATIE
De cursussen worden gehouden in het centrum van het Maitreya Instituut. Het op de Veluwe gelegen centrum omvat 7 ha. bos met daarop een woonhuis (waarin zich o.a. de kantoren en de winkel bevinden) en een cursuscentrum. Daarin bevinden zich zowel de meditatie cq. lesruimte, alsook de keuken, eetzaal, ontspanningsruimte, slaapverblijven en badkamers. In de vrije tijd die men heeft kan men uitstekend fietsen of wandelen in de omgeving met veel bossen en heide (zelf een fiets meenemen of huren).

VOORWAARDEN VOOR DEELNAME
Deelnemers aan cursussen dienen abonnee te zijn van het Maitreya Magazine voor het hele jaar 1992 en zich te houden aan de 5 voorschriften en huisregels. 1. niet doden, 2. niet stelen, 3. geen sex, 4. niet liegen, 5. geen alcoholische of bedwelmende middelen gebruiken. De maaltijden, die vegetarisch zijn, worden verzorgd door een professionele kok.

BETALING CURSUSGELDEN
Cursusgelden dienen uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een curus te worden voldaan op girorekening 43.05.057 t.n.v. Maitreya Instituut te Emst met vermelding van curusdatum.

RETRAITES
Boeddhistische retraites, zowel voor groepen als individueel, kunnen in het centrum plaatsvinden onder deskundige leiding van onze monniken. Individuele retraite of verblijf in het centrum buiten de aangekondigde programma's is alleen mogelijk indien er een band bestaat met het centrum door deelname aan diverse cursussen, of door voldoende kennis te hebben opgedaan van de boeddhistische leer in andere centra.

GEBEDSDIENSTEN
Gebedsdiensten of 'poedja's' worden gehouden op speciale dagen. Zo wordt tweemaal per maand de 'Offerande aan de spirituele meesters', ook wel 'goeroe poedja' genoemd, gedaan. Een lijst met belangrijke poedja's zal steeds in het magazine worden gepubliceerd. Informatie over het aanvragen en sponsoren van poedja's voor zieken, stervenden of speciale gebeurtenissen zoals examens en reizen vindt u in Maitreya Magazine nr. 3 jaargang 11.

WINKEL EN RECEPTIE
Alle bezoekers en cursisten dienen zich na aankomst te melden bij de receptie in de winkel. De winkel is gespecialiseerd in alles wat een beoefenaar van het Tibetaanse boeddhisme nodig zou kunnen hebben. Er is een keur aan honderden boeken, kaarten, posters, wierook, beelden, offerbakjes, boterlampen enzovoort. De winkel is open tijdens cursussen en na telefonische afspraak.

TARIEVEN MAALTIJDEN BEZOEKERS
Bezoekers die voor korte of langere tijd in het instituut willen verblijven dienen dit met het kantoor te overleggen.
Ontbijt: *f* 5,--
Warme maaltijd: *f* 7,50
Avondeten: *f* 5,--
3 Maaltijden: *f* 17,50

TARIEVEN OVERNACHTINGEN BUITEN CURSUSSEN
Slaapzaal: *f* 15,-- p.p.p.d.
Kamer of caravan (1-2 pers.): *f* 25,-- p.p.p.d.

M.I. PROGRAMMA KALENDER

Voorjaarsprogramma

FEBRUARI

21-23 februari
INTRODUCTION TO TIBETAN ASTRONOMY AND ASTROLOGY
Door: Dr. ALEX BERZIN
Voertaal: Engels

28 februari t/m 1 maart
KARMA
Door: DAGPO RINPOCHEE
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert

MAART

1 t/m 5 maart
VERLICHTINGSGEEST, JEZELF GELIJKSCHAKELEN AAN EN VERWISSELEN MET ANDEREN.
Door: DAGPO RINPOCHEE

APRIL

17 t/m 19 april
DE BODHISATTVASTADIA EN MAITREYA BOEDDHA
Door: KIRTI TSENSHAB RINPOCHEE
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert

20 t/m 23 april
4 CLOSE PLACEMENTS OF MINDFULNESS
Door: KIRTI TSENSHAB RINPOCHEE
Engelse vertaling
24 en 25 april

YAMANTAKA INITIATIE
Door: KIRTI TSENSHAB RINPOCHEE
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert

MEI

JUNI

zaterdag 13 t/m dinsdagochtend 16 juni
SAKA DAWA NYUNG Nä VASTENRETRAITE
Door: GELONG THUBTEN LODREU
Voertaal: Nederlands

19 t/m 21 juni
INTRODUCTIE IN DE KALACHAKRA TANTRA
Door: GELONG THUBTEN LODREU
Voertaal: Nederlands

Zomerprogramma

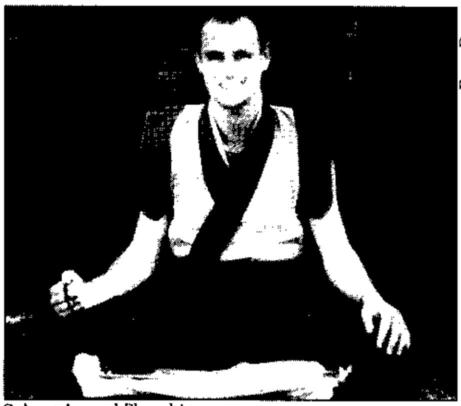
JULI

3 t/m 17 juli
MIDZOMER MEDITATIE CURSUS (LAM RIM)
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert

THE MYSTIC ART OF TIBET, A SERIES OF ART COURSES,
Conducted by: ANDY WEBER
17 t/m 19 juli THE MYSTIC ART OF TIBET, OPEN WEEKEND COURSE

17 t/m 23 juli ART AND MEDITATION, EXTENDED INTRODUCTION COURSE
17 juli t/m 7 augustus ADVANCED ART COURSE.

PROGRAMMA EERSTE HELFT 1992


E. v. Dorp

Gelong Jampel Pharchin

Vanaf zondag 15 maart biedt het Maitreya Instituut een serie regelmatige bijeenkomsten op zondag olv. de Nederlandse boeddhistische monnik Gelong Jampel Pharchin (Eugene)

Elk van deze bijeenkomsten zal een bepaald thema hebben in de vorm van een toelichting en een uitwisseling. Een meditatie en enkele gebeden zijn vaste programma onderdelen.
Enkele thema's zijn: ecologie liefde; hersenen bewustzijn; ziekte meditatie; illusie realiteit; ethiek motivatie; zuiveren, wat is dat?; energie tantra.
Aan deelname zijn geen verplichtingen verbonden en het enige dat u gevraagd zal worden is een open geesteshouding. Deze bijeenkomsten vormen een uitstekende gelegenheid om vrijblijvend kennis te maken met het Tibetaanse boeddhisme en met het studie- en meditatie centrum Maitreya Instituut. Na afloop zijn er versnaperingen aan de koffiebar.

Let op: Tijdens cursusweekenden vervallen deze regelmatige zondagbijeenkomsten.

KOSTEN: geen
AANVANG: 11.00 uur
EINDE: 12.30 uur
AANMELDING: telefonisch, indien u wilt genieten van een kop soep na afloop.

21 t/m 23 februari
INTRODUCTION TO TIBETAN ASTRONOMY AND ASTROLOGY
Door: Dr. ALEX BERZIN
Voertaal: Engels

Dr Alex Berzin, die als gastdocent in het verleden regelmatig lezingen in het Maitreya Instituut gaf, is opnieuw bereid gevonden zijn kennis en inzicht met ons te delen. Ditmaal zal Alex Berzin spreken over de verschillende aspecten van de Tibetaanse astrologie en astronomie. Dankzij zijn omvangrijke kennis kan hij niet alleen de bronnen van de diverse systemen aangeven, maar ook de verschillen en overeenkomsten die we in de Westerse en Tibetaanse systemen aantreffen. Behalve de uitleg door Dr. Berzin, zal er ruimschoots gelegenheid bestaan om over de praktische toepassing van beide systemen te discussiëren en de consequenties van verschillen in berekeningswijzen uit te diepen.

Daar de Indiase bron van de Tibetaanse traditie uit de Kalachakra Tantra of Tijdkring Tantra afkomstig is, zullen verschillende astrologische aspecten van deze tantra onder de loep worden genomen.

KOSTEN: f 175.- vol pension (slaapzaalaccomodatie).
AANVANG: Vrijdagavond 21 februari om 20.00 uur in Emst.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

28 februari t/m 1 maart
KARMA
Door: DAGPO RINPOCHEE
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert

De Tibetaanse Meester Dagpo Rinpochee zal ons centrum ook dit jaar weer met een bezoek vereren en ons allen in de gelegenheid stellen ons begrip van de Leer van de Boeddha te vergroten en verdiepen. Dagpo Rinpochee zelf is inmiddels in boeddhistische kringen in Nederland een begrip geworden. Reeds dertig jaar wonend en werkend in Parijs is zijn begrip van de Westerse mens even grondig als de omvang van zijn mededogen en de diepgang van zijn bescheidenheid.

De huidige Dagpo Rinpochee Jampa Gyatso is door Z.H. de Dertiende Dalai Lama herkend als de reïncarnatie van de beroemde Lama Jampel Lhundup Gyatso, die volgens Dje Pabonkha Rinpochee de voortzetting is van de Indonesische Lama Serlingpa Dharmakirti, van wie de Indiase abt Dipamkara Shri Jnana Atisha in de elfde eeuw het onderricht over de verlichtingsgeest en de gedachtentraining ontving.

Dagpo Rinpochee zal in dit weekend een uitgebreide verhandeling houden over wat karma nu precies is, en dit begrip direct relateren aan de menselijke geest en ervaringswereld.

KOSTEN: f 180.- vol pension (slaapzaalaccomodatie).
AANVANG: Vrijdagavond 28 februari om 20.00 uur in Emst.
AANMELDING: telefonisch: 05787-1450.

1 t/m 5 maart
VERLICHTINGSGEEST, JEZELF GELIJKSCHAKELEN AAN EN VERWISSELEN MET ANDEREN.
Door: DAGPO RINPOCHEE
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert

De verlichtingsgeest vormt de kern van het Mahayana boeddhisme.
De relatieve verlichtingsgeest is het krachtige besluit de staat van verlichting, het hoogst mogelijke niveau van evolutie te willen bereiken als middel om het welzijn van alle voelende wezens te kunnen bevorderen. Dit besluit, dat door een gerichte manier van contempleren wordt opgewekt en versterkt, wordt de motor achter en in het fysieke, verbale en mentale handelen van degene die naar verlichting streeft, de bodhisattva.

Van de twee methoden voor het opwekken en ontwikkelen van de verlichtingsgeest zal Dagpo Rinpochee ons inleiden en begeleiden in de methode van het "jezelf gelijkschakelen aan en verwisselen met anderen".

KOSTEN: f 250,- vol pension (slaapzaalaccomodatie).
AANVANG: Zondagavond 1 maart om 20.00 uur in Emst.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

J.P. Kool

Maitreya Boeddha

17 t/m 19 april
DE BODHISATTVASTADIA EN MAITREYA BOEDDHA
Door: KIRTI TSENSHAB RINPOCHEE
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert

Kirti Tsenshab Rinpochee werd omstreeks 1927 geboren in Amdo in Oost Tibet. Hij werd herkend als incarnatie van een hoog aangeschreven Geshe uit dezelfde streek, die bekend was om zijn realisatie van de leegte. Na de titel van Lharampa Geshe te hebben behaald, werd Rinpochee aangesteld als leraar van de grootste Lama van het hele Amdo-gebied, Kirti Rinpochee, en hij werd sindsdien "leraar van Kirti Rinpochee" oftewel Kirti Tsenshab Rinpochee genoemd. Rinpochee is op dit moment bekend als een van de belangrijkste houders van de Kalachakra traditie, maar zijn kennis omvat ook alle andere facetten van de boeddhistische Leer. Zijn bescheidenheid is spreekwoordelijk, maar ook de overweldigende indruk die hij maakt op iedereen die met hem in aanraking komt is tekenend voor zijn hoge niveau van ontwikkeling.
Kirti Tsenshab Rinpochee zal dit cursusweekend ingaan op de stadia van ontwikkeling van de bodhisattva, de mens op weg naar het boeddhaschap, en die in verband brengen met de toekomstige Boeddha Maitreya, wiens naam ons Nederlandse centrum al zovele jaren draagt.

KOSTEN: f 180,- vol pension (slaapzaalaccomodatie).
AANVANG: Vrijdagavond 17 april om 20.00 uur in Emst.
AANMELDING: telefonisch: 05787-1450.

20 t/m 23 april
4 CLOSE PLACEMENTS OF MINDFULNESS
Door: KIRTI TSENSHAB RINPOCHEE
Engelse vertaling

De vier "close placements of mindfulness" die letterlijk in het Nederlands vertaald "de vier meditaties voor het nabij plaatsen van de herinnering" zouden heten, omvatten concentratie op het lichaam, op de gevoelens, op de geest en op verschijnselen. Ze zijn de eerste vier van de "zevenendertig onderdelen in de richting van de verlichting" en vormen de eerste vier realisaties op het "pad van verzamelen".

In de Theravada traditie worden deze meditaties zeer intensief beoefend in de combinatie van samatha en vipasyana zoals die wordt onderwezen in de school van de bekende Burmese Meditatie Meester, Mahasi Sayadaw. Hoewel de beoefening van deze meditaties in het Tibetaanse boeddhisme veel minder aandacht krijgt, zijn ze belangrijke aspecten van het pad naar de verlichting en daarom zal Kirti Tsenshab Rinpochee voor u zijn licht hierover laten schijnen.

KOSTEN: f 210,- vol pension (slaapzaalaccomodatie).
AANVANG: Maandagavond 20 april om 20.00 uur in Emst.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

24 en 25 april
YAMANTAKA INITIATIE (HOOGSTE YOGA TANTRA)
Door: KIRTI TSENSHAB RINPOCHEE
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert

Yamantaka is het toornige aspect van de Boeddha van Wijsheid Mandjoeshri. Deze boeddhavorm is een van de belangrijkste in de Gelukpa traditie en werd in het geheim door de grote Tibetaanse Meester Lama Tsong Khapa beoefend.
Kirti Tsenshab Rinpochee zal een volledige initiatie (wang) geven in het Yamantaka Ekavira aspect, de Solitaire Yamantaka. Als onderdeel van de ceremonie wordt toevlucht genomen tot de Boeddha, diens Leer en de Spirituele Gemeenschap, wordt de bodhisattva gelofte genomen op het ondernemende niveau en de tantrische gelofte.

In verband met het onmisbare voorbereidende gedeelte van de initiatie is het nodig vrijdagavond aanwezig te zijn. Het tweede gedeelte zal zaterdag worden gegeven.

KOSTEN: f 90,- vol pension (slaapzaalaccomodatie).
AANVANG: Vrijdagavond 24 april om 20.00 uur in Emst.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

J.P. Kool

Gelong Thubten Lodreu

Zaterdagavond 13 t/m dinsdagochtend 16 juni
SAKA DAWA NYUNG Nä VASTENRETRAITE
Olv.: GELONG THUBTEN LODREU
Voertaal: Nederlands

Ook dit jaar zal de Nederlandse monnik Thubten Lodreu voorgaan in een vastenretraite die gecentreerd is op het grote mededogen. Deelname aan deze retraite is alleen mogelijk indien men toevlucht heeft genomen en men kan alle onderdelen meedoen indien men een volledige initiatie heeft ontvangen.

Omdat deze Nyung Nä gehouden wordt op Vesak, de verjaardag van Boeddha's verlichting, wordt de werking van deze krachtige zuiveringsmethode nog duizenden malen versterkt.

KOSTEN: f 95,- vol pension (slaapzaalaccomodatie).
AANVANG: Zaterdagavond 13 juni om 20.00 uur in Emst.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

19 t/m 21 juni
INTRODUCTIE IN DE KALACHAKRA TANTRA
Door: GELONG THUBTEN LODREU
Voertaal: Nederlands

De Nederlandse monnik Thubten Lodreu zal een inleiding geven in de Kalachakra- of Tijdkring Tantra, die hij in opdracht van Lama Thubten Zopa Rinpochee al vele jaren lang studeert onder leiding van Meesters zoals Kirti Tsenshab Rinpochee.
De bedoeling van deze cursus is om informatie te bieden aan degenen die dit najaar de Kalachakra initiatie van Zijne Heiligheid de Dalai Lama in Spanje willen ontvangen. Omdat veel basisinformatie over tantra in het algemeen en over de Kalachakra Tantra in het bijzonder gegeven zal worden raden wij deze cursus ook aan als u al eerder met de Kalachakra Tantra in contact bent geweest maar nog geen gelegenheid had er iets over te leren.

KOSTEN: f 150,- vol pension (slaapzaalaccomodatie).
AANVANG: Vrijdagavond 19 juni om 20.00 uur in Emst.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

3 t/m 17 juli
MIDZOMER MEDITATIE CURSUS (LAM RIM)
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert

In deze jaarlijkse zomercursus over alle stadia van het boeddhistische pad naar de verlichting, het hoogste niveau van evolutie, zal onze nieuwe Geshe Sonam Gyaltsen alle grondbeginselen van de boeddhistische Leer uiteenzetten, zodat een goed overzicht ontstaat van theorie en praktijk van deze bevrijdingsleer. Al jaren lang vormt de Lam Rim Zomercursus het hart en de kern van alle programma's die door het Maitreya Instituut worden georganiseerd. De lezingen van de Tibetaanse Leraar, die de overdracht en de noodzakelijke informatie verschaft, worden afgewisseld door geleide meditaties, zodat in een combinatie van theorie en praktijk onder deskundige leiding ervaring wordt opgedaan. Deze formule van lezingen en meditaties, waar nodig aangevuld door discussie is geïntroduceerd door de Lama's Thubten Yeshe en Thubten Zopa Rinpochee, en is ook in Nederland - over de afgelopen 12 jaar - bijzonder succesvol gebleken.

De Lam Rim traditie werd in Tibet geïntroduceerd door de Indiase Meester Atisha, en gevolgd door de Tibetaanse Lama's die de Lam Rim tekst van Atisha verder uitwerkten, zodat de omvangrijke Leer van de Boeddha werd samengevat in een goed leesbaar boekdeel.

Deze cursus is heel geschikt voor mensen die echt nog weinig van het boeddhisme weten, omdat op intensieve wijze in vrij korte tijd zowel inzicht als ervaring verkregen kunnen worden. Ook meer ervaren boeddhisten wonen jaarlijks deze cursus bij om in de retraitesfeer een opfrisser van hun kennis en/of een verdieping van hun beleving te verwerven.

KOSTEN: f 750,- vol pension (slaapzaalaccomodatie).
AANVANG: Vrijdagavond 3 juli om 20.00 uur in Emst.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

17 juli t/m 6 augustus
THE MYSTIC ART OF TIBET, A SERIES OF ART COURSES
Door: ANDY WEBER

17 t/m 19 juli
THE MYSTIC ART OF TIBET, OPEN WEEKEND COURSE

In een intensief weekend zal Andy Weber ons inleiden in de meditatieve aspecten van de Tibetaanse Mystieke Kunst en gedetailleerde informatie verschaffen over de Tibetaans boeddhistische iconografie. De symboliek van de boeddha figuren en de spirituele betekenis en achtergronden ervan zullen worden gepresenteerd op een voor iedereen begrijpelijke wijze; voor mensen die nog geen ervaring met de Tibetaanse kunst van de rolschilderingen (tangkha's) hebben.
Andy Weber is een ervaren en bevoegde kunstenaar die zich heeft toegelegd op de traditionele Tibetaanse kunst van de rolschilderingen. Hij heeft daartoe vele jaren gestudeerd en gewerkt onder leiding van twee

Meesters van deze traditie. Hij is erin geslaagd de traditionele methoden en symboliek trouw te blijven en toch de hedendaagse voorkeur voor krachtige centrale figuren in een ruimtelijke achtergrond in zijn werk te integreren. Zijn werk is overal ter wereld tentoongesteld en is in talrijke boeddhistische publicaties gebruikt. Naast zijn werk voor opdrachten heeft hij de afgelopen zeven jaar cursussen, lezingen en diashows gegeven. Het dagelijkse programma zal bestaan uit meditatie, informatie- en tekensessies, diashows, discussie e.d.. Deze weekendcursus is open voor iedereen die tijdig reserveert en wordt dit jaar internationaal aangekondigd.
Reservering en betaling van het cursusgeld dienen tenminste een maand voor aanvang van de cursus in ons bezit te zijn. FPMT-leden genieten een korting van 10% op de cursusgelden.

KOSTEN: f 180.- vol pension (slaapzaalaccomodatie).
AANVANG: Vrijdagavond 17 juli om 20.00 uur in Emst.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.
VOERTAAL: Engels

17 juli t/m 6 augustus
ADVANCED ART COURSE
Voor degenen die al eerder tangkha schilder cursussen hebben gevolgd en voor beginners die de eerste cursusweek meedoen, bestaat de gelegenheid in totaal drie weken lang te werken olv. de kunstenaar Andy Weber, die zijn oude studenten verzoekt ook tijdens de introductiecursus aanwezig te willen zijn als bronnen van inspiratie voor de nieuwe studenten. Gedurende de introductie week zullen gevorderde studenten onafhankelijk kunnen werken, terwijl ze persoonlijke begeleiding en advies voor hun werk kunnen krijgen.

Deze 8ste kunst cursus die het Maitreya Instituut organiseert valt in de zomervakantie, als het prachtige boslandschap zijn mooiste gezicht laat zien.

KOSTEN: f 1260,- vol pension (slaapzaalaccomodatie).
AANVANG: Vrijdagavond 17 juli om 20.00 uur in Emst.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.
VOERTAAL: Engels

17 juli t/m lunch op 24 juli
ART AND MEDITATION, EXTENDED INTRODUCTION COURSE

Beginnend met het intensieve introductieweekend over de combinatie van meditatie en creativiteit in de vormgeving van Boeddha figuren, wordt de cursus van maandag t/m vrijdag voortgezet op een practische basis. Deelnemers zullen leren de grit (een opzet) op te zetten van de afbeelding van de Boeddha en die in te vullen volgens de Tibetaans boeddhistische traditie. Bovendien zal informatie worden gegeven omtrent de oorsprong en fabricage van natuurlijke kleurstoffen die uit kruiden, mineralen en stenen worden gewonnen.

KOSTEN: f 450,- vol pension (slaapzaalaccomodatie).
AANVANG: Vrijdagavond 17 juli om 20.00 uur in Emst.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

VOORUITBLIK OP HET NAJAARSPROGRAMMA

KALACHAKRA OEFEN RETRAITE
op basis van de zes zittingen
goeroe yoga.

Olv.: GELONG THUBTEN LODREU
Voertaal: Nederlands

AANKONDIGING VAN HET OVERZICHT VAN DE ARTIKELEN VAN ALLE NUMMERS VAN HET MAITREYA MAGAZINE VAN JAARGANG 1 T/M 13.
Wij hebben voor u een volledig overzicht van alle artikelen die ooit in het Maitreya Magazine zijn verschenen. Mocht u dit overzicht willen ontvangen, schrijf of bel ons dan even.

Maitreya Instituut

MAITREYA MAGAZINE
december 1991, januari, februari 1992

VERSCHIJNING
Tenminste 1x per kwartaal

UITGAVE
Stichting Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2
8166 HA Emst
Telefoon: 05787-1450

REDACTIE EN VERTAALTEAM
Gelong Jampel Pharchin
Getsulma Tenzin Kalzang
Paula de Wijs-Koolkin
Koosje v.d. Kolk
Jolanda Egberts

EINDREDACTIE
Hans van den Bogaert

VORMGEVING
Alex van Baar

ILLUSTRATIES
Andy Weber, Nicolet van Baar e.a.

DRUK
Offsetdrukkerij Refo
Wallerstraat 69
3862 CN Nijkerk

COPYRIGHT
Stichting Maitreya 1991c.
Alle rechten voorbehouden.

WELKOM
Kunstuitingen over boeddhistische onderwerpen, gedichten, tekeningen, foto's e.d.

ABONNEMENTEN
Schriftelijk of telefonisch opgeven.
Alleen per kalenderjaar.
Het abonnement gaat in na ontvangst van uw betaling en loopt automatisch door tenzij voor 30 november schriftelijk wordt opgezegd.
De prijs is inclusief tussentijdse nieuwsbrieven *f* 25,-- per jaar.
Losse nummers *f* 6,50 plus portokosten.

BETALINGEN
Voor abonnementen, cursusgeld, donaties en rekeningen: Postbank: nr. 4305057 t.n.v. Stichting Maitreya Instituut te Emst. Bank: N.M.B. Beneden Leeuwen, rek.nr.: 65.85.11.548.

ADRESWIJZIGINGEN
Gaarne één maand voor het verschijnen van dit magazine schriftelijk opgeven.

VORIGE NUMMERS
Steeds minder vorige nummers zijn nog uit voorraad leverbaar.

BESTELLINGEN
Boeken en andere Dharma-artikelen uit onze winkel en groothandel kunnen zowel schriftelijk als telefonisch worden besteld.

MEMBER OF THE F.P.M.T.

Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition

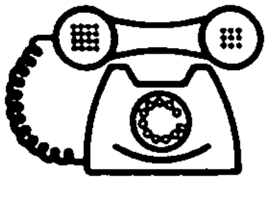
STICHTINGSBESTUUR
Voorzitter:
Paula de Wijs-Koolkin

Secretaris:
Lan Tjoa

Penningmeester:
Jan-Paul Kool

Bestuursleden:
Margot Kool-Stumpel
Ludo Timmerman
Marcel Bertels

MANAGEMENT COMITÉ
Gelong Jampel Pharchin
Paula de Wijs-Koolkin
Lan Tjoa
Floris Veen



TELEFOON 05787-1450

Het kantoor van het instituut is telefonisch bereikbaar van 10.00-12.30 uur en van 14.00-17.00 uur. Op andere tijden als we niet bereikbaar zijn kunt u een boodschap inspreken in ons antwoordapparaat. 's Maandags gesloten.

DOELSTELLING
De stichting stelt zich tot doel:
Het bevorderen van de interesse en studie, het beoefenen en uitbreiden van het boeddhisme, v.n.l. in de vorm waarin het in TIBET heeft bestaan en te komen tot een vruchtbare integratie van Oosterse en Westerste filosofieën in Nederland.

***f* 300,-- KORTING-DONATEUR 1992**
De beste manier om het Maitreya Instituut te steunen waarbij u tevens het grootste voordeel heeft is om *f* 300,-- KORTING-DONATEUR 1992 te worden voor f 25,-- per maand. Hiervoor worden alleen **automatische overboekingen** geaccepteerd op onze postbankrekening nr.: 4651510 t.n.v. Maitreya Instituut te Emst. U kunt gebruik maken van een machtigingskaart. U krijgt dan 2x per jaar het Engelstalige blad Mandala en 4x per jaar Mandala nieuwsbrieven. Verder krijgt u **20% korting** op boeken, kaarten, posters en wierook **in onze winkel** (ook voor telefonische bestellingen) **en 10% korting** op **alle cursussen** in het Maitreya Instituut. En u bent automatisch FPMT-Lid, hetgeen steeds meer voordelen oplevert bij bezoeken aan een van de 70 aangesloten centra in de hele wereld. Let op! Hierbij is geen abonnement op het Maitreya Magazine inbegrepen.

DONATEURS
Donaties waar geen korting tegenover staat zijn vanaf 1990 aftrekbaar van de inkomstenbelasting. Voorwaarde is dan dat het totaal aan donaties aan instellingen als het Maitreya Instituut (of bijv. het Rode Kruis etc.) minimaal 1% en maximaal 10% van uw bruto inkomen bedragen.

***f* 100,-- MAITREYA MAGAZINE ABONNEE 1992 & FPMT-LID 1992**
Voor minder draagkrachtigen is er ook een mogelijkheid om uw betrokkenheid bij het Maitreya Instituut te laten blijken door *f* 100,-- Abonnee & FPMT-Lid te worden voor dit bedrag. U krijgt dan 4x per jaar het Maitreya Magazine en eventuele nieuwsbrieven en 2x het Engelstalige blad Mandala en 4 nieuwsbrieven per jaar.

DONATEUR GESHE ACTIE
Voor het verblijf en onderhoud van de Geshe en zijn vertaler is Nederland is een apart fonds gesticht. Deelnemers aan deze actie storten een maandelijks bedrag van minimaal *f* 10,-- voor de periode van ten minste 1 jaar, of doen een éénmalige bijdrage op onze post- of bankrekening met vermelding van: Geshe actie, en ontvangen 20% korting op cursussen gegeven door Geshe-la. De donateurs worden regelmatig op de hoogte gehouden van de actie.

LEENFONDS
Deelnemers aan het leenfonds kunnen bedragen vanaf *f* 2500,-- storten op rekeningnr.: 68.15.69.506 van de N.M.B.-Bank te Beneden Leeuwen t.n.v. Maitreya Instituut. Deelnemers ontvangen geen rente maar een certificaat voor het bedrag van de lening en de garantie dat het geld binnen vijf dagen na het ontvangen van uw opdracht retour wordt gestort op een door u aangegeven rekening.

VOORPLAAT
Geshe Konchog Lhundup
Foto: J.P. Kool

Bezoekers aan ons centrum of onze winkel in Emst zijn altijd van harte welkom, echter alleen na telefonische afspraak.
Het centrum is 's maandags gesloten, bel ons dus niet op maandag.

Verricht geen schadelijke handelingen, beoefen het heilzame en tem je geest. Dat is de leer van de Boeddha. Verricht geen schadelijke handelingen, beoefen het heilzame en tem je geest.

Dat is de leer van de Boeddha. Verricht geen schadelijke handelingen, beoefen het heilzame en tem je geest. Dat is de leer van de Boeddha. Verricht geen schadelijke handelingen, beoefen het heilzame en tem je geest. Dat is de leer van de Boeddha. Verricht geen schadelijke handelingen, beoefen het heilzame en tem je geest.

Dat is de leer van de Boeddha. Verricht geen schadelijke handelingen, beoefen het heilzame en tem je geest. Dat is de leer van de Boeddha. Verricht geen schadelijke handelingen, beoefen het heilzame en tem je geest. Dat is de leer van de Boeddha. Verricht geen schadelijke handelingen, beoefen het heilzame en tem je geest. Dat is de leer van de Boeddha.

Verricht geen schadelijke handelingen, beoefen het heilzame en tem je geest. Dat is de leer van de Boeddha. Verricht geen schadelijke handelingen. beoefen het heilzame en tem je geest. Dat is de leer van de Boeddha.